போகமுனிவர்

வர்மசூத்திரம்

மூலமும் உரையும்

தாமரை நூலகம், சென்னை –26.

போக முனிவர்

வர்ம சூத்திரம்

பதிப்பாசிரியர்
எஸ்.ரி. ராமச்சந்திரன்

தாமரை நூலகம்
எண். 7, என்.ஜி.ஓ. காலனி.
வடபழனி, சென்னை - 600 026.
தொலைபேசி எண் : 23620249

தாமரை வெளியீடு எண் : 215

முதல் பதிப்பு : ஜூலை - 1998.

இரண்டாம் பதிப்பு : ஜூலை - 2010.

மூன்றாம் பதிப்பு : ஏப்ரல் - 2014

நான்காம் பதிப்பு : மார்ச் : 2019

ஐந்தாம் பதிப்பு : மே : 2023

உரிமைபெற்றது

நூலைப்பற்றி

நூலின் பெயர்	:	போக முனிவர் வர்ம சூத்திரம்.
பதிப்பாசிரியர்	:	எஸ். பி. ராமச்சந்திரன்
வெளியிட்டோர்	:	தாமரை நூலகம் 7, N.G. O. காலனி 3வது தெரு வடபழனி, சென்னை - 26.
பதிப்பு ஆண்டு	:	மே : 2023
உரிமை	:	பதிப்பகத்திற்கு
நூல் வடிவம்	:	21 செ. மீ. x 14 செ. மீ
அச்சுத்தாள்	:	16.கி. மேப்லித்தோ
எழுத்துக்கள்	:	11 புள்ளி
மொத்த பக்கங்கள்	:	132+XX
பிரதிகள்	:	1000
நூல் விலை	:	ரூ. 100.00
அச்சிட்டோர்	:	கிரியேட்டிவ் ஆப்செட் நுங்கம்பாக்கம், சென்னை - 34

91/4

பொருளடக்கம்

பதிப்புரை

சகல உலகங்களுக்கும் ஈசனாகிய சிவபெருமானும் உமையன்னையும் உலகைச் சுற்றிப் பார்த்தபடி ஒரு காடு வழியாக, வந்து கொண்டிருக்கையில் அடர்ந்த கானகத்தின் நடுவில் ஒரு இடத்தில் ஒரு வேடன் மரத்திலிருந்து கீழே விழுந்து, படாத இடத்தில் அடிபட்டு, உயிருக்குப் போராடிக் கொண்டு கிடப்பதைக் கண்டார்கள்.

கருணையே வடிவான தாய் அந்த வேடனைக் காப்பாற்றும்படி இறைவனை வேண்டிக் கொண்டாள். உடனே இறைவன் ஒரு மந்திரத்தை உச்சரித்துத் தன்கையிலிருந்த கழியால் வேடனின் உடலில் ஒரு தட்டுத்தட்டினார். அன்னை அவன் முகத்தின் மேல் தண்ணீர் தெளித்தாள். வேடன் உடனே உயிர்பெற்று எழுந்தான்.

வர்மக் கலையின் தோற்றத்தைப் பற்றி வழங்கப்படும் கதை இது. இதனால் மூன்று விஷயங்கள் மிகவும் தெளிவாகத் தெரிகின்றன. வர்மக் கலையைத் தோற்றுவித்தவர் சித்தர்களின் முதல்வராகிய சிவபெருமானே என்பது ஒன்று.

இரண்டாவது, உடலில் மர்மமான இடங்கள் உள்ளன என்பது. மர்மம் என்ற சொல்லே வர்மம் என்று மருவி வழங்குகிறது. அந்த இடங்களில் அடி உதைபட்டால் உயிருக்கே ஆபத்து ஏற்படக் கூடும் என்பது.

மூன்றாவது, வர்மக் கலையை உலகுக்கு அளித்த ஈசன், அதை உயிர்களைக் காப்பாற்றுவதற்காகவே பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற உயரிய நோக்கத்தாலேயே அருளினார் என்பது.

இந்த மூன்றுமே வர்மக் கலையின் அடிப்படையான மிகமுக்கியமான கோட்பாடுகள்.

வர்மக்கலை தோன்றிய காலம்

வர்மக்கலை நமது நாட்டில் எப்பொழுது தோன்றியது என்பதை அறுதியிட்டுக் கூறமுடியாது.

புராண இதிகாச காலங்களிலேயே வீரர்கள் எதிரியின் வர்ம ஸ்தானங்களை நோக்கி அம்புகளை எய்தார்கள், ஈட்டிகளால் தாக்கினார்கள் கதையால் அடித்தார்கள் என்றெல்லாம் வருவதைக் காணலாம். இதற்கு முறையான உருவம் கொடுக்கப்பட்ட காலத்தை அறிவதற்கு எந்த விதமான ஆதாரமும் இல்லை.

புராதனமான ஒரு கலை கடைசியாகப் பாடல் வடிவம் பெற்றது சுமார் நான்கு அல்லது ஐந்து நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பாக இருக்கலாம் என்று கருத இடம் உள்ளது.

வர்ம ஸ்தானங்கள்

இந்த உடலினுள் வாயு இயங்குகிறது என்பது எல்லோரும் அறிந்த ஒன்று. காற்று மூச்சாக உள்ளே போகிறது வெளியே வருகிறது. எல்லொருக்கும் தெரியும்.

இந்த வாயு - அதாவது காற்று -வர்ம ஆசான்கள் வளி என்ற தூய தமிழ்ச் சொல்லையே பயன் படுத்துகிறார்கள் என்பதால் நாமும் வாயு என்ற செல்ல வேண்டிய இடங்களில் வளி என்ற சொல்லையே பயன் படுத்துவோம் - இந்த வளி இடது மூக்குத்துளை வழியாக இயங்கும்போது - உள்ளே போவது வெளியே வருவது - இடகலை என்றும், வலது நாசிந்துளை வழியாக இயங்கும்போது பிங்கலை என்றும் இரண்டு நாசித்துகளின் வழியாகவும் இயங்கும்போது சுழிமுனை என்றும் சித்தர்கள் பெயர் வகுத்தார்கள். இவை உடலில் இயங்கும் பத்துநாடிகளில் மிகமுக்கியமான மூன்று நாடிகளாம்.

மூக்குத் துளைகளின் வழியாக இயங்கும் இந்த மூன்று நாடிகளை எல்லோரும் அறிவர். ஆனால் தச நாடிகளைப் பற்றி பெரும்பாலானவர்களுக்குத் தெரியாது.

உடலில் நடை பெறும், தும்மல், மலக்காற்று வெளியேறுதல், கண் இமைத்தல், கொட்டாலி விடுதல், கடைசியாக இறந்த பின்உடல் வீங்குதல் முதலான எல்லாச் செயல்களும் வளி இயங்கும் நாடிகளாலேயே நடைபெறுகின்றன.

இந்த நாடிகள் உடலை அறுத்துப் பார்த்தாலும் தெரியாது. அதனாலேயே மேல் நாட்டு மருத்துவர்களால் இவற்றைப்பற்றி

ஒன்றுமே தெரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. உடலில் நடைபெறும் செயல்களை அறிவார்கள். ஆனால் அவற்றின் காரணத்தை அறியமாட்டார்கள். ஏதோ சாக்குப்போக்குச் சொல்லி மழுப்ப முயல்வார்கள். (தச நாடிகளைப் பற்றி நமது சித்தர் உடல் தத்துவம் என்ற நூலின் மூலம் விளக்கமாய் அறிக)

. இந்த நாடிகள் பல இடங்களில் ஒன்றையொன்று சந்திப்பதால் சந்திப்புகள் ஏற்படுகின்றன. இப்படிச் சந்திப்புகள் ஏற்படும் இடங்களையே வர்ம ஸ்தானங்கள் - வர்மங்களின் இருப்பிடங்கள் என்ற குறிப்பிட்டனர்.

இந்த வர்ம இடங்கள் - எலும்புகள் இணைக்கப்பட்டிருக்கும் இடங்களில் ஏற்படும் பொழுது மிகவும் நுட்பமான இடங்களாகி விடுகின்றன. அந்த இடங்களில் அடிபட்டால் உடனே மனிதன் நினைவு தவறி மயங்கி விழுந்து விடுவான்.

படாத இடத்தில் பட்டுப் பொக் கென்ற போய்விட்டான் என்று உலக வழக்கமாக மக்கள் பேசிக் கொள்வதைக் கேட்டிருக்கிறோம். இந்தப்படாத இடங்கள் - அதாவது படக்கூடாத இடங்களே ; வர்ம இடங்களாகும்.

வர்மம் உண்டாகும் காரணங்கள்

உயரமான இடத்திலிருந்து கீழே விழுவதால் -

அல்லது உயரத்திலுள்ள பொருள் தன் மேல் விழுவதால் -

எறியப்பட்ட பொருள் உடலில் உள்ள வர்ம இடங்களைத் தாக்குவதால் (இது ஆயுதங்களையும் குறிக்கும் இயற்கையாக முறிந்து விழும் மரம்-பாறை-சுவர்கள் போன்ற வற்றையும் குறிக்கும்.)

-நடக்கும்போது கால் இடறி விழுவதால் - அல்லது வேகமாக ஓடும்போது அல்லது, உடற்பயிற்சி செய்யும் போது இசகு பிசகாக தாக்கப்படுவதால்.

வர்ம இடங்களின் மேல் தாக்குதல் ஏற்பட்டால். உடனே ஆள் நினைவிழந்து விழுந்துவிடுவான். வர்மம் தெரிந்தவர்கள். உடலில் உள்ள நூற்றுக்கு மேற்பட்ட வர்ம இடங்களில் எந்த இடம் தாக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை அறிந்து - அத்தாக்குதலால் அங்கு ஏற்பட்ட முடிச்சை இளகச்

செய்து - தக்க மருந்து கொடுத்துக் காப்பாற்றாவிட்டால் அவன் இறந்து போய்விடுவான்.

அதனால் வர்மக் கலையின் மருத்துவப்பயன் மிகமிக முக்கியமானது. அதிகமானதும் கூட.

வர்மத்தைப் பற்றி அறியாததால் - தக்க சமயத்தில் வர்ம சிகிச்சை அளிக்கப்படாததால் இன்று உலகத்தில் எத்தனையோ ஆயிரக்கணக்கான பேர் - படுத்த படுக்கையாகவும், சரிவர நடமாட முடியாதவர்களாகவும் உயிரோடு உள்ளனர். பக்கவாதத்தால் தாக்கப்பட்டவர்கள், இளம்பிள்ளை வாதத்தால் ஊனமுற்றவர்களாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறவர்கள், வர்ம சிகிச்சை பற்றி அறியாத மூடத்தனத்தால் கைகால்கள் பழுதுபட்டு அவை துண்டித்து எடுக்கப் பட வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டதால் குறை மனிதர்களாக, ஊன முற்றவர்களாக வாழ்பவர்கள் இப்படி உலகம் எங்கும் இருக்கும் பரிதாபத்திற்குரிய மனிதர்களை நினைத்தால் வர்மக்கலை உலகம் முழுவதும் பரவலாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு மருத்துவத்தின் மிக முக்கியமான பிரிவாக அங்கீகரிக்கப்படவும் வேண்டும் என்பதன் அவசியம் புரியும்.

தெற்கு முனையில் முடங்கியதேன்?

சிவபெருமானால் அளிக்கப்பட்டு, சித்தர்களால் அறியப்பட்ட இந்த உயிர்காக்கும் சிறந்த கலை, உலகெங்கும் பரவாமல் தமிழ் நாட்டின் தெற்கு மூலையாகிய கன்யாகுமரி மாவட்டத்திலும் கேரளத்தின் தெற்கு மூலையிலும் மட்டும் முடங்கிக் கிடப்பதேன்? இதன் காரணத்தை விரிவாக ஆராய வேண்டும்.

போர்க்கலைகளிலே மிகவும் சிறந்தது இது. ஒரே பார்வையால் எதிரியை வீழ்த்திவிடும் மாபெரும் ஆற்றல் கொண்டவர்மங்களும் உண்டு. இன்று பெரிதாகப் பேசப்படும் ஜூடோ, கராத்தே - குங்-பூ முதலான எந்தப் போர்க்கலைக்கும் இந்த ஆற்றல் கிடையாது.

ஒரு காலத்தில் தமிழ் மன்னர்களின் படைகளில் வர்ம வீரர்கள் இடம்பெற்றிருந்தனர். குறு நில மன்னர்கள் சிலர் பிரிட்டிஷ் ஆட்சியை எதிர்த்து வெற்றிகரமாகப் போராடி நீடித்து நின்றதற்கும் அவர்கள் வர்மக்கலையில் தேர்ச்சி பெற்றவர்களாக இருந்ததும் வர்ம வீரர்களை தங்கள் படைகளில் வைத்துக் கொண்டிருந்ததும்தான் காரணம்.

அதே சமயம் உயிர்காக்கும் மருத்துவத்துறையிலும் தலையான சிறப்புப் பெற வேண்டியதும் வர்மம் தான்.

ஆனால் கராத்தே, ஜூடோ, போன்ற போர்க்கலைகளும், அக்கு பஞ்சர் என்ற மருத்துவக் கலையும் உலகளாவிய புகழ்பெற்று வரும் இக்காலத்தில் வர்மம் ஆதரவற்ற நிலையில் அடங்கிக் கிடப்பதேன்?

முதல் காரணம் நீண்ட காலம் நம்நாடு வெள்ளை ஆட்சியின் கீழ் வீழ்ந்து கிடந்ததேயாகும். வர்மக்கலை தெரிந்தவர்கள் அந்நிய ஆட்சிக்குப் பயந்து தங்களுக்கு இப்படி ஒரு கலை தெரியும் என்பதை வெளிக்காட்டிக் கொள்ளவே இல்லை.

தவிர வர்மம் தெரிந்து கொண்டவன் தவறாக நடந்து கொண்டு பொன் பொருள் பெண் என்று வெறி கொண்டு அலைவானானால் அவனை அடக்குவதற்கு யாராலும் முடியாது. அவனால் மக்களுக்குத் துன்பமே ஏற்படும் என்ற அச்சமும் ஆகும்.

மேலும் வர்ம ஆசான்கள் ஒருவனை நல்லவன் என்று தேர்ந்தெடுத்து வர்மக்கலையை முழுவதுமாக அவனுக்குக் கற்றுக் கொடுத்துவிட்டால்,

காலப் போக்கில் அவன் அகந்தை கொண்டு தன்னையே எதிர்க்கத் தொடங்கிவிட்டால் என்ன செய்வது என்று பயந்து, மிகவும் அரியவையான சில வர்மங்களைத் தங்களுக்கு மட்டும் என்று வைத்துக் கொண்டு மற்றவற்றை மட்டுமே கற்றுக் கொடுத்தார்கள்.

பரம்பரை பரம்பரையாக ஒருவர்பின் ஒருவராக இப்படிச் செய்ததால் வர்மக் கலையின் மிகச் சிறந்த முக்கியமான பகுதிகள் அடியோடு மறக்கப்படும் நிலையே ஏற்பட்டுவிட்டது.

மிகக் கடுமையான நிபந்தனைகள்

ஒருவனுக்கு வர்மக்கலை கற்றுக்கொடுப்பதற்குமுன் அவனைப் பனிரெண்டு வருடம் தன்னிடம் சீடனாக வைத்திருந்து அவனுடைய நடவடிக்கைகள் எல்லாவற்றையும் நன்கு பரிசீலனை செய்து அவன் மறந்தும் பிறன்கேடு சூழற்க என்ற குறள் நெறிக்கேற்ப நடந்து கொள்வான் என்று நன்கு உறுதி செய்து கொண்ட பிறகே அவனுக்கு வர்மக்கலையைப் போதிக்க வேண்டும் என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர்.

வர்மக்கலையில் மட்டுமல்ல மருத்துவத்திலும் கூட முக்கியமான மருந்துகளைச் சொல்லும்போது சித்தர்கள் இதேமாதிரி தடைவிதித்திருப்பதைக்' காணலாம். ஏனெனில், மனித சுபாவம் மாறக்கூடியது. எவ்வளவு நல்லவனாகத் தோன்றுபவனும் சந்தர்ப்பக் கோளாறால் தவறு செய்யத் துணிந்து விடலாம். அதனால் தாங்கள் கண்டுணர்ந்த அரிய கலை தவறாகப் பயன்பட்டு விடக்கூடாது என்ற சீரிய நோக்கத்தாலேயே சித்தர்கள் கடுமையான நிபந்தனைகளை விதித்தனர்.

ஓரளவு அல்ல அல்ல, பெரிய அளவில் என்றே சொல்லலாம். வெள்ளை ஆதிக்கமே நம்மிடம் இருந்த மேலான திறமைகள், பொருள்கள் எல்லாம் மங்கி மறைந்து போவதற்குக் காரணமாக இருந்தால் கூட சித்தர்களின் தடை பெரிய அலவில் வர்மக்கலையின் முன்னேற்றத்திற்குத் தடையாக இருந்தது என்றும் கூறலாம்.

வர்மத்தின் பிரிவுகள்

வர்மக்கலை, படுவர்மம், தொடுவர்மம் என்ற இரண்டு பெரும் பிரிவுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது

படுவர்மம்	-	12
தொடுவர்மம்	-	96

ஆக 108 வர்மங்கள் பொதுவாகச் சொல்லப்படுகின்றன. ஆனால், வகை பிரிக்கும்பொழுது 150 வர்மங்களுக்கு மேல் சுட்டப்படுகின்றன.

படுவர்மம் என்பது ஒருவன் படச் செய்யக்கூடிய அதாவது மரணம் அடையச் செய்யக் கூடிய பயங்கரமான வர்மம். தொடுவர்மம் பெரும்பாலும் குணப்படுத்தக் கூடியது. படுவர்மத்திலும் மருந்துவத்தின் மூலம் குணப்படுத்தப்படக் கூடியவை உண்டு. ஆனால் ஒரு நோயாளியைப் பார்த்தவுடன் இதைக் குணப்படுத்த முடியுமா? முடியாதா என்பதைக் குணம்குறிகளால் வர்ம வைத்தியர் அறிந்து கொள்ள முடியும். படுவர்மத்தால் தாக்கப்பட்ட சிறிது நேரத்திற்குள் தாக்கப்பட்டவனைப் பரிசோதித்து அது குணப்படுத்தக் கூடியது என்று தெரிந்தால் மட்டுமே சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும். இல்லையெனில் கைவிட்டு விட வேண்டும் என்று வர்ம ஆசானுக்கு அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ளது.

வர்ம நூல்கள்

1. வர்ம சூத்திரம்
2. வர்மக் கண்ணாடி
3. வர்ம பீரங்கி
4. ஓடிவு முறிவு சாரி
5. வர்ம கண்டி
6. வர்ம சூடாமணி

முதலிய சில நூல்கள் அச்சேற்றப்பட்டுள்ளன. இவை தவிர அச்சில் வராத பல நூல்கள் சுவடிகளாக உள்ளன. இவையும் ஆராயப்பட்டு அச்சேற்றப்பட்டால் மிக நன்றாக இருக்கும்.

போகர் வர்ம சூத்திரம் என்ற இந்த நூல் நம்மிடம் கையெழுத்துப் பிரதியாகக் கிடைத்தது. இது முன்பே தாராபுரம் டாக்டர். எஸ். கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களால் வெளியிடப்பட்டுள்ளது என்பதை அறிகிறோம். இதே நூலை சென்னை தரமணியிலுள்ள உலகத்தமிழாராய்ச்சி நிறுவனமும் வெளியிட்டுள்ளது.

வெளியான புத்தகங்களைக் கொண்டு நம்மிடம் இருந்த கையெழுத்துப் பிரதியை ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும் பொழுது பாடல்களில் மிகப்பெரிய வேறுபாடுகள் இருந்ததைக் கண்டோம். சொற்களில்தான் வேறுப்பாடுகளே தவிர, கருத்து எல்லாம் ஒன்றதான்.

போகர் பெயரால் வர்ம சூத்திரங்கள் என்ற பெயரில் இந்நூல் வழங்கப்பட்ட போதிலும் சிஷ்ய பரம்பரை வழியாக இந்த நூலினைக் கற்றவர்கள் பிறருக்குச் சொல்லிக்கொடுக்கும் பொழுதோ அல்லது ஓலைகளில் எழுதிவைக்கும் பொழுதோ தத்தம் பேச்சு. வாக்கில் தமக்குச் சுலபமாக வந்தபடி சொல்லி அல்லது எழுதி வைத்துவிட்டார்கள் என்பது மறுக்கமுடியாத உண்மையாகும்.

சித்தர்களின் நூல்களில் அகத்தியர் பெயராலும், போகமுனிவர் பெயராலும் வழங்கப்படும் நூல்கள் பெரும்பாலும் இம்மாறுதல்களுக்கு உட்பட்டே வந்து சேர்ந்துள்ளன.

தவிர அகத்தியர், போகர் பெயர்களில் பிற்காலத்தைச் சேர்ந்த சிலரும் பாடியுள்ளனர். சித்தர்கள் கூடுவிட்டுக் கூடுபாய்தல் - தமது சுய நினைவோடு அறிவு ஆற்றல்களோடு ஒரு உடலை நீத்துச் சிலபல

ஆண்டுகள் சூக்கும தேகத்தில் வாழ்ந்தபின் வேறொரு உடலை அடையும்பொழுது அதே எண்ணங்கள், அதே சிந்தனைகள், சாதனைகளோடு இருக்கும் அல்லது பிறக்கும் ஆற்றல் பெற்றிருந்தனர். அதனால் தாம் கண்டறிந்த உண்மைகளைத் தொடர்ந்து ஆராயவும் அவற்றில் பேசவும் எழுதவும் ஆற்றல் பெற்றிருந்தனர் என்று சொல்லலாம்.

தற்போது பழனியில் உயிர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் ஒரு பெண்மணி தான் போகரின் அவதாரம் என்று கூறிக் கொண்டு நோயாளிகளுக்கு அற்புதமான முறையில் மருந்துவம் செய்து வருவதாக அறிகிறோம். அந்தப் பெண் கொல்லி மலைக்குச் சென்று அங்கு வழிகாட்டிகளாக உள்ள மலைவாசிகளையும் ஒதுக்கித் தள்ளிவிட்டுத் தானாக மான்போல் துள்ளி ஓடிச்சென்று அபூர்வமான மூலிகைகளையும் பறித்து வந்ததாகவும் அதைப்பார்த்து மலைவாசிகளே ஆச்சரியப்பட்டதாகவும் கூறப்படுகிறது.

சித்தர்களின் நூல்களை வைத்து அவர்கள் வாழ்ந்த காலத்தைப் பற்றிக் கணக்கிடுபவர்கள் அறிவதற்காக வேண்டியே இங்கே இதைக் கூறுகிறோம்.

போகர் பெயரால் கூறப்படும் இந்த வர்ம சூத்திரத்தில் தென் கேரளத்திலும், கன்னியாகுமரி மாவட்டத்திலும் வழக்கத்தில் உள்ள பல சொற்கள் கலந்துள்ளன. நடையும் மலையாளச் சார்புடையதாகவே உள்ளது. அதை வைத்து இந்த நூல் போகரால் பாடப்பட்டது அல்ல என்று முடிவு செய்துவிடக் கூடாது. போகரால் பாடப்பட்ட நூல் பல மாறுதல்களுக்குட்பட்டு அவருடைய சீடர் ஒருவரால் கூறப்பட்டவடிவில் நமக்குக் கிடைத்துள்ளது என்று எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

ஏற்கெனவே பலரால் சிதைக்கப்பட்ட நிலையில் இந்த நூல் கிடைக்கப்பெற்றுள்ளதால் முற்றிலும் பொருத்தமானவை என்று கருதப்படும் சொற்களை மட்டும் கையெழுத்துப் பிரதியிலிருந்து எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆதனால் ஏற்கெனவே வெளிவந்துள்ள வர்ம சூத்திரத்திர நூல்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பவர்கள் பாடல்கள் மாறிவிட்டதாகக் கருத வேண்டாம் என்று கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

மருத்துவப் பகுதி

இந்த நூலின் முக்கியமான பகுதி வர்மம் கொண்டவர்களுக்குக் கொடுக்கவேண்டிய கஷாயங்கள், பொடிகள், பச்சிலைகள், தேய்க்கவேண்டிய தைலங்கள் முதலியவற்றைக் கொண்ட மருத்துவப் பகுதியாகும்.

ஆனால் இப்பகுதி எந்தப் பிரதியிலும் முழுமையாகக் கிடைக்கவில்லை. உள்ளதை மட்டும் அப்படியே கொடுத்திருக்கிறோம். வர்ம ஆசான்கள் அல்லது தக்க அனுபவசாலிகள் மூலமாக அவற்றைப் பற்றித் தெரிந்துகொள்ள முயல்வது நல்லது.

வர்மங்கள் எத்தனை

படுவர்மம்	12
தொடுவர்மம்	96
	108

என்று முன்பே கூறினோம்.

வாத வர்மம்	64
பித்தவர்மம்	24
சிலேத்தும வர்மம்	6
உள்வர்மம்	6
தட்டுவர்மம்	6
	108

என்றும் வர்மானிகள் வைத்தியம் செய்யத்தேர்ந்தெடுக்கும் முறைக்கு ஏற்ப வகுத்துள்ளார்கள்.

இவற்றில் சிரசில்	3
சிரசுமுதல் கழுத்து வரை	22
கழுத்து முதல் உந்திவரை	45
நாபி முதல் ஆசனம் வரை	9
கையில்	14
காலில்	15
	108

வர்மம் உள்ள இடங்களைப் பொறுத்து மேற்கண்டவாறு கணக்கிடப்படும். ஆனால் வர்மங்கள் 108 என்றே கூறப்பட்ட போதிலும் வர்ம நூல்களில் 150க்கு மேற்பட்ட வர்மங்கள் கூறப்பட்டுள்ளதைக் காணலாம்.

இந்த நூலில் ஒவ்வொரு வர்மமும் இருக்குமிடம் தனிப்படமாகத் தெளிவாகக் காட்டப்பட்டுள்ளது. ஒரு வர்மத்திற்கும் மற்ற வர்மங்களுக்கும் உள்ள தொடர்பைக் காட்டும் படங்களும் சேர்க்கப் பட்டுள்ளன.

வர்மக்கலை வளர்க்கப்பட வேண்டிய ஒன்று. இதைத் தக்கபடி ஊக்குவிப்பதென்றால் எத்தனையோ செய்ய வேண்டி உள்ளது.

தமிழும் தமிழ் சார்ந்த மருத்துவம் வர்மம் போன்ற கலைகளும் உரிய மதிப்பும் பெருமையும் பெற்று அரசாங்க ஆதரவுடன் உலகளாவிய புகழ் பெறும் காலம் விரைவில் வரும் என்று எதிர் பார்ப்போம்.

எஸ். பி. ராமச்சந்திரன்
பதிப்பாசிரியர்

இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வர்மங்களின் பெயர்கள் - இருப்பிடம் - மற்ற விபரங்கள்.

படுவர்மம் 12

படுதல்-மரித்தில், படுவர்மம்-மரணத்தைச் செய்யக் கூடிய வர்மம் என்று பொருள். குறிப்பிட்ட காலவரையறைக்குள் வர்மம் இளக்கப்படா விட்டால் மரணம் நிச்சயம்

படுவர்மங்கள் தச நாடிகளின் மேல் அமைந்தவை. இவை தாக்கப்பட்டால் உடனே பொறு கலங்கி, மூர்ச்சையடைந்து, வாயில் நுரைதள்ள விழநேரிடும், குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் வர்மம் இளக்கப்படா விட்டால் மரணம் உண்டாகும்.

1. திலர்த காலம்:- புருவமையம் - நெற்றி எலும்பும் மூக்கந்தண்டு எலும்பும் சேருமிடம். சுழிமுனை நாடியின் மேல் பொட்டு வைக்கும் இடத்தில் இருப்பதால் திலர்த காலம் எனப் பெயர் பெற்றிருக்கலாம்.

அடிபடும்போது நாடி பாதிக்கப்படுவதால் உடனே வாயு தடைப்படுகிறது. மூச்சுக் காற்றைப் போல் வெளிப்படையாகத் தெரியாவிட்டால் கூட இந்த வளிகளும் முக்கியமானவை. தடைப்பட்டால் மரணத்தை உண்டாக்கக் கூடியவை.

வளி தடைப்படும் போது அது அடையாமல் நின்று விடுவதை வர்மம் கொள்வது அன்றும், அந்தக் காற்று மறுபடியும் அடையும் படி செய்யப்படுவதை வர்மம் இளக்குவது என்றும் சொல்கிறார்கள். இந்தச் சொற்களே வர்மத்தின் தன்மையை விளக்குவனவாக உள்ளன.

2. நட்சத்திர காலம்:- கடைக்கண் குழியில் உள்ளது. நெற்றி எலும்பும் கன்னத்தின் மேல் பகுதி எலும்பும் சேருமிடம். இங்கு அடிபட்டால் நட்சத்திரம் போல் மின்னல் தெறித்து உடனே பொக்கென்று அணைந்தது போல் இருட்டிவிடும். காந்தாரி என்னும் நாடியின் மேல் அமைந்தது.

3. செவிகுத்திக் காலம்:- காதின் அருகில் உள்ள சிறு தண்டின் மேல் அமைந்தது. இதன் மேல் அடிபட்டால் விழிகள் பிதுங்கி வெளியில் தள்ளும் அலம் புடை என்ற நாடியின் மேல் அமைந்தது.

4. பிடரிக்காலம்:- மண்டை ஓட்டின் பின் பகுதியில் அமைவது. இங்குதான் மூளையின் முக்கியமான பகுதியாகிய சிறுமூளை உள்ளது. இதுவே இருதயம், ஈரல்கள், குடல்கள் போன்றவற்றை இயக்குவது. இங்கு அடிபட்டால் நரம்பு மண்டலம் தாக்கப்படுவதால் உடனே நினைவு தவறிப் போக வாய்ப்பு உண்டு. பிடரிக்காலம் முடி வளரும் இடத்திற்குக் கீழாக முது கெலும்புத் தண்டின் மேல் பக்கம் உள்ளது என்று சில நூல்கள் கூறும்.

5. உறக்கக் காலம்:- தாடை எலும்பு மண்டை ஓட்டுடன் சேரு மிடத்தில் காதுக்குப் பின்புறமாக அமைவது உறக்கக் காலம். இங்கு அடிப்பட்டால் உடனே மயக்கந்தான். அதனாலேயே இதற்கு உறக்கக் காலம் என்று பெயர் ஏற்பட்டது. வாயைப் பிளந்து கொண்டு நாக்கை வெளியே தள்ளிக் கொண்டு மயங்கி விழுவான் என்கிறார் ஆசிரியர்.

6. தும்பிக்காலம்:- தொண்டையின் கீழ்ச்சுழியில் அமைந்தது தும்பிக்காலம் இங்கே அடிபட்டால் உடல் பூராவும் துடிக்கும். கண்கள் மூடிக் கொள்ளும். மூக்கில் நீர் வடியும்.

7. நேர்வர்மம்:- மார்புக் கூட்டின் மேல் கூம்பிலிருந்து விரற் கடை கீழே அமைந்தது. நேருக்கு நேராகக் காணப்படும் வர்மம். இங்கே அடி கொண்டால் உடனே உடம்பின் சூடு தணிந்து விடும். ஆபத்தான வர்மம் இது. உடல் பூராவும் வியர்த்துக் கொட்டும் இருமி இரத்தம் வரும்.

8. அடப்பக்காலம்:- விலா எலும்புகளின் அடிப்பக்கத்திலிருந்து நான்கு விரற் கடை மேலே உள்ளது. அடப்பக்காலம்.

9. உறுமிக்காலம்:- மார்புக் கூட்டில் நேர் வர்மம் இருக்கு மிடத்திற்குக் கீழாக உள்ளது உறுமிக்காலம். இங்கே அடி கொண்டால் கண் திறந்து கொண்டிருந்தாலும் பார்வை இராது. வர்மம் கொண்டவனைப் பன்றி போல் உறுமச் செய்யும் என்பதால் இதற்கு உறுமிக் காலம் என்று பெயர்.

10. பெரிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்:- அத்தி என்றால் எலும்பு. எலும்புக்கூடு. இந்த வர்மம் எலும்புக் கூட்டைச் சுருங்கச் செய்து - அமுக்கிவைத்தாற் போன்ற தோற்றத்தை உண்டாக்கிவிடக் கூடியது.

இந்த மாதிரி ஆட்களை நாம் பார்த்திருப்போம். இளம்பிள்ளை வாதம் கொண்ட வர்களுக்கும் இம்மாதிரி எலும்புக் கூடு சுருங்கிப்

போவதுண்டு. வர்மம் கொண்டவன் நாற்பது நாளைக்குள் ஒரு முழ உயரம் குறுகிப் போய் விடுவான் என்கிறார் ஆசிரியர் இந்த வர்மத்தின் இருப்பிடம் விலா முண் டெலும்புகளுக்குக் கீழாக இரண்டு விரற்கடை தூரத்தில் உள்ளது.

இந்த வர்மத்தை பதினெட்டு நாழிகைக்குள் இளகச் செய்ய வேண்டும். இல்லாவிட்டால் ஆள் செத்துப் போவான்.

11. சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்:- பெரிய அத்திச் சுருக்கிக் காலத்தின் கீழே உள்ளது. சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம், இதுவும் உடலைக் குறுகச் செய்வது. எலும்புக் கூட்டைக் குறுகச் செய்து உயரத்தைக் குறைப்பது. வர்மத்தை இளக்காவிட்டால் உடல் மேலும் குறுக முடியாத நிலை ஏற்பட்டு மரணம் உண்டாகும்.

12. கல்லிடைக் காலம்:- விசித்திரமான வர்மம் இது வர்மம் கொண்டவனுடைய விரைகள் உள்ளே ஏறி மறைந்து விடும். தண்டும் காணாமல் போய்விடும். வாயைத் திறந்து பேச முடியாது. உடம்பில் நீர் ஏறும் வயிறு ஊதும். மூச்சுவிட முடியாது. கழுத்தில் வந்து கட்டிக் கொள்ளும் என்ன செய்த போதிலும் விரை வயிற்றுக்குளிலிருந்து வெளியே வராது. மந்திர பலத்திலும் நுண்ணறிவுத் திறத்தாலும் விரைகளை வெளியே கொண்டு வர முயல வேண்டும்.

இத்துடன் படு வர்மங்கள் பனிரெண்டும் முற்றுப் பெற்றன.

தொடு வர்மங்கள் 96

தொடு வர்மங்கள் 96 என்று கூறப்பட்ட போதிலும் இந்த நூலில் அவை பற்றித் தெளிவான வரிசைக் கிரமமான தகவல்கள் இல்லை.

பல வர்மங்களுக்கு பெயர்கள் கூறப்படவில்லை.

ஒரே வர்மத்திற்கு வர்மாணியர்கள் (ஆசான்கள்) ஆளுக்கொரு விதமாகப் பெயர்களைச் சூட்டியுள்ளனர்.

அப்பெயர்கள் திரிந்தும் குறைந்தும் சிதைந்த வடிவில் வழங்கப்படுகின்றன. எடுத்துக் காட்டாகப் புகைச்சல் வர்மம் என்பது பொற்சை வர்மம் என்ற பெயரில் காணப்படுகிறது.

தொடு வர்மங்களிலும் மரணத்தை அளிக்கக் கூடிய வர்மங்கள் உண்டு. கொண்டக் கொல்லி, பிடரிவர்மம், அடப்பக்காலம் போன்ற வர்மங்கள் மிகவும் கொடியவை.

தொடுவர்மங்களில் முதலாவதாகத் தட்டு வர்மங்கள், எட்டைப் பற்றிக் கூறுகிறார்கள். அவை பற்றிய விளக்கம் நூலில் இல்லை.

9. உச்சந் தலையில் கொண்டக் கொல்லி வர்மம் கொண்டால் கொல்லும் பிழைக்க வழியில்லை என்று பெயரே சொல்கிறது.

10. மூக்கு மையத்தில் அடி இடிகள் கொண்டால் பொக்கென்று இருள் சூழ்ந்து கொள்ளும்.

11. பின் தலையில் காதுகளுக்கு நேராகப் பெரு நரம்பின் மேல் இடது பக்கம் ஒன்று வலது பக்கம் ஒன்றாக உள்ள இரு வர்மங்கள் பொற்சை வர்மம் என்று பெயர், புகைச்சல் வர்மம் என்பதன் திரிபு என்பர்.

13. முதுகுத் தண்டின் மேல் புறத்தில் மேல் சுழியாடி வர்மம்.

14. அடிப்புறத்தில் கீழ் சுழியாடி வர்மம்.

15. மேல் சுழியாடி வர்மத்தின் கீழ் வலது பக்கம் கைப்புஜ எலும்பின் மேல் உள்ளது ஒரு வர்மம் கம்முக் குழி வர்மம்.

16. புட்டத்திற்கும் மேலாக முதுகுத் தண்டு வரியில் ஒரு வர்மம்.

17. புட்டியின் மேல் உள்ள வர்மத்தின் அடி இடி கொண்டால் முடவனாவான்.

18. தொண்டைக்குக் கீழே கூம்பு எலும்புக்கு மேலாக உள்ள வர்மம் ஒன்று. இதற்கு ஒட்டு வர்மம் என்று பெயர்

மார்பில் உள்ள எட்டு வர்மங்கள்

19. கைகெட்டிக் காலம்
20. சரிதி வர்மம்
21. திவளைக்காலம்
22. கதிர்வர்மம்
23. கதிர்காம வர்மம்
24. அனுமான் காலம்
25. உறுமிக் காலம்
26. எட்டெலும்புக் காலம்
27. புதுகெலும்பின் மையத்தில் உள்ளது சங்கு திரிகால வர்மம்

விலாப்பகுதியில் உள்ளவை :

28. சுழியாடி வர்மம்
29. அடப்பக்காலம்
30. முண் டெல்லு வர்மம்
    அதன் கீழே பெரிய அத்தி சுருக்கி, சிறிய சுத்திச் சுருக்கி இரண்டும் படுவர்மங்கள்.
30. தொப்புளுக்கு இரு விரற்கிடை கீழே மூத்திரக்காலம்
31. இரண்டு விதைகளுக்கும் நடுவில் அண்டக்காலம்
32. தண்டின் நடுவில் தண்டுக்காலம்
33. பிடரியில் முதுகுத்தண்டின் மேல் பக்கம் பெரு நரம்பின் மையத்தில் சுழியாடி வர்மம்.
34. கல்லிடைக் காலத்தின் கீழ் தண்டிலிருந்து ஒரு விரற்கடை தூரத்தில் விந்து வர்மம்.
35. மண்டையோட்டில் எலும்புகளின் இணைப்பில் பூட்டெல்லு வர்மம்
36. செவி மடலில் குருந்து குத்தி வர்மம்
37. இடது விலாப் பகுதியில் காரீரல் வர்மம்.
38. தாடை எலும்பு மண்டை ஒட்டுடன் இணையும் இடத்தில் உள்ளது அலவாடி வர்மம்
39. கழுத்தடியில் காரை எலும்புக்கு மேலாக விலங்கு வர்மம்
40. காரை எலும்பின் இறுதியில் கை எலும்புக்கு மேலாக்ப் புயவர்மம்.
41. விலா எலும்பின் நடுவில் குழி நரம்பில் சுளுக்கு வர்மம்
42. கை முட்டியில் மூட்டு வர்மம்
43. கை முழியின் மேல் முழி வர்மம்
44. முழங்கையின் மையத்தில் விஷ மணி பந்தவர்மம்..
45. உள்ளங்கை ஓரத்தில் கை வளையுமிடத்தில் துதிக்கை வர்மம்.
46. உள்ளங்கையின் மேல் தட்சணைக் காலம்
47. பெருவிரல், சுட்டு விரல், நடுவில் கவளிக் காலம்
48. தொடை அடியில் பதக்கால் வர்மம்.
49. தொடை நடுவில் துண்டு வர்மம்
50. துண்டின் அடியில் நொடி வர்மம்.
51. தொடை முதுகில் ஆமைக்காலம்
52. முழங்கால் சில்லின் மேல் சில்லு வர்மம்.
53. சில்லின் பக்கவாட்டில் மூன்று விரற்கடை தூரத்தில் பக்க வர்மம்.

54. சில்லின் உட்பக்கம் குழியில் அசகுதிரி வர்மம்.
55. சில்லின் இரு புறங்களிலும் கண்ணு வர்மம்
56. சில்லிலிருந்து இரு விரற்கடை கீழாக நாய்த்தலை வர்மம்.
57. உட்புறம் பெருநரம்பில் குளிர்ச்சி வர்மம்..
58. சில்லுக்குக் கீழே எலும்பின் மேல் குதிரை முகவர்மம்.
59. கால் எலும்பு பாத எலும்புகள் சேருமிடத்தில் முடிச்சு வர்மம்
60. அதன் பின்புறம் குதிகால் மேல் பகுதியில் கோணல் சன்னி வர்மம்
61. பாதத்தின் நடுவில் (மேல்புறம் அடிப்புறம்) பாதச்சக்கரம்
62. பெருவிரல் இடையில் திட வர்மம்
63. பெருவிரல் நடுவில் பூழிக்காலம்
64. உள்ளங்காலில் அடக்கக் காலம்.

கை கால்களில் உள்ள வர்மங்கள் இரண்டு கை இரண்டு கால்களுக்கு இரண்டிரண்டாகக் கணக்கிட வேண்டும். தொடுவர்மங்கள் 96ம் பூர்த்தியாகும்.

சித்தர்கள் யார்...?

சித்தர்களைப் பற்றி நன்கு அறிந்து கொள்வதற்கான சான்றுகள் அநேகம் அவர்கள் இயற்றிய நூல்களில் இருந்த போதிலும் அவற்றைப்பற்றி முறையான ஆய்வு நடத்தப்படவில்லை.

அவர்களைப் பற்றி முழுமையாக அறிந்து கொள்ள முயற்சிகளும் மேற்கொள்ளப்படவில்லை.

அதனால் சித்தர்களைப் பற்றிப் பல தவறான கருத்துக்களும், எண்ணங்களும் பரவியுள்ளன. இங்கு சித்தர்களைப் பற்றிய உண்மைகளை, அவர்களுடைய நூல்களில் கிடைக்கின்றபடி, தெரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்வோம்.

சித்தர்கள் மண்ணுலகில் வசித்தார்கள். ஆனால் விண்ணுலகோடு தொடர்பு கொள்ளவும், சஞ்சரிக்கவும் அங்குள்ள பூத பிரேத பைசாச யட்ச ராட்சச கின்னர கிம்புருட தேவ ஜாதியார்களோடு பரிமாறவும் ஆற்றலுள்ளவர்களாக இருந்தார்கள்.

இது பலருக்கு நம்ப முடியாததாகத் தோன்றலாம். ஆனால் சித்தர் இலக்கியங்களைப் படிக்கும் போது ஏராளமான சான்றுகள் கிடைக்கின்றன.

2. மனிதர்களாகப் பிறந்து நீண்ட பயிற்சியாலும் சாதனையாலும் அஷ்டமா சித்திகளை அடைந்து, பரவெளியில் சஞ்சரிக்கவும், கூடுவிட்டுக் கூடு பாயவும் ஆற்றல் பெற்றவர்களே சித்தர்கள்.

3. ஒரு மனிதன் பரவெளியில் நுழைய முயலும் போது அங்குள்ளவர்கள் அதை எதிர்க்கிறார்கள். சரியான சாதனை இல்லாமல் பரவெளியில் நுழைபவன் மரணமடையும் படியாக நேரலாம்.

4. யோக சாதனையோடு பூஜைகள் மூலம் எற்கெனவே பரவெளியில் வாழும் சித்தர்களைத் திருப்திப் படுத்துவது முதல் கடமை

கணபதி பூஜை
கந்தன் பூஜை
வடுகன் பூஜை
வாலை பூஜை

முதலான பூஜை முறைகள் இதற்காகவே கூறப்பட்டுள்ளன.

அடுத்தபடியாக கணபதி தியானம்

பிரமத்தியானம்
விஷ்ணு தியானம்
ருத்ர தியானம்
மகேஸ்வர தியானம்
சதாசிவ தியானம்
வாலை தியானம்

முதலான தியானங்கள் கூறப்படுகின்றன. இந்த தேவதைகள் தியானத்தால் கட்டுப்படுத்தப் படுகின்றனர். மனிதன் மேல் கருணை கொண்டு அவனுக்குப்பர வெளியில் உதவி செய்யத் தயாராகக் காத்திருக்கின்றன.

5. பர வெளியில் நுழையும் மனிதன் பேய்கள், துஷ்ட ஆவிகள், சாத்தான்கள் முதலியவற்றை எதிர் கொள்ள நேரிட்டால் அவற்றிடமிருந்து தற்காத்துக் கொள்வதற்காக மந்திரங்களை உச்சரிக்க வேண்டும்.

ஆவிகள் உலகத்திற்கு நுழைவுச் சொல் மந்திரங்கள் என்று சொல்லலாம். ஆவிகள் அவற்றைப் புரிந்து கொள்கின்றன. ஓம் நமசிவாய என்று உச்சரிக்கும் போது அது மகா சக்தி வாய்ந்த மந்திரச் சொல் ஆகையால் மற்ற எல்லா ஆவிகளும் விலகிச் சென்று விடுகின்றன. சித்தர்கள் இதன் இரகசியத்தை நன்கு உணர்ந்திருந்தனர்.

அஷ்டமா சித்திகள்

மந்திர சக்தியால் அஷ்டமா சித்திகளை அடைந்தவர்கள் மட்டுமே சித்தர்கள் என்று கூற வேண்டும். மற்றபடி எவ்வித சாதனை படைத்திருந்தாலும் ஒருவர் சித்தராக முடியாது.

அஷ்டமா சித்திகளைப் பற்றி அதர்வண வேதத்தில் தாந்த்ரிக மார்க்கத்தில் நன்கு விளக்கப்பட்டுள்ளது. சித்தர்கள் மூச்சுப் பயிற்சியிலும் யோக சாதனையிலும் தேறிய பின் தாந்திரிகமார்க்கங்களைக் கற்றும் மந்திர சித்தியடைந்தார்கள்.

அஷ்டமா சித்திகள் என்பவை யாவை

1. மோகனம்:- தம்மிடம் மற்றவர் மயங்கும் படியாகச் செய்தல். மற்றவர் என்ற சொல் இங்கு எல்லா மரம் செடி கொடிகளையும், பிராணிகளையும், எல்லா மனிதர்களையும் குறிக்கும். மோகன சக்தியால் காற்றையும் குளிர்ந்து வீசச் செய்யலாம். இயற்கை பணிந்து உதவி செய்யும் படியாகவும் செய்யலாம்.

2. வசியம்:- தாவரங்கள், பிராணிகள், எல்லாவற்றையும் வசியம் செய்தல். அதாவது வசிய மந்திர சக்தியால் விலங்குகள் ஏவல் கேட்கவும், செடி கொடிகள் தான் விரும்புவது போல் அமைந்திருக்கவும், காற்று வெய்யில்முதலியவையும்தனக்கு இதமாக இருக்கும் படியாகவும் செய்து கொள்ள முடியும்.

3. ஸ்தம்பனம்:- எதையும் அது இருக்கும் இடத்தில் அப்படியே நிற்கும்படியாகச் செய்யும் ஆற்றல். பறந்து கொண்டிருக்கும் பறவையின் மேல் ஸ்தம்பன சக்தியைப் பிரயோகித்தால் அது அப்படியே ஆகாயத்தில் நின்று விடும். பாய்ந்து வரும் அம்பு அந்தரத்திலேயே முன்னும் போகாமல் பின்னும் போகாமல் கீழேயும் விழாமல் நிற்கும்.

ஒரு நோயாளிக்கு ஜுரம் ஏறிக் கொண்டிருக்கிறதென்றால் ஸ்தம்பன மந்திரத்தைப் பிரயோகித்து ஜுரம் அதிகப்படாமல் தடுக்க முடியும். அதே போல் நோயின் வேகம் மேலும் அதிகப் படாமலும் தடுக்க முடியும்.

காட்டாற்று வெள்ளத்தையும் நிறுத்த முடியும். காட்டுத் தீயையும் பரவாமல் தடுக்க முடியும். ஸ்தம்பன மந்திரத்தின் சக்தி அபாரம்.

4. ஆகிருஷ்ணம்:- தன்னை நோக்கி இழுத்துக் கொள்ளும் சக்தி தனக்கு வேண்டியவர்கள் அல்லது வேண்டியவை தன்னை விட்டு விலகிப் போகாமல் காப்பாற்றிக் கொள்ள உதவுவது. இதனால் விரோதிகளையும் .கட்டுப்படுத்த முடியும். தனக்கு வேண்டாத ஒன்று தன்னைத் துன்புறுத்த வரும்போது, அதைவிட ஆற்றல் மிக்கதான தனக்கு வேண்டிய ஒன்றை வரவழைத்துப் பாதுகாப்பு உண்டாக்கிக் கொள்ளவும் பயன்படும். ஒரு ஆவியை இதன் மூலம் வசப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு சித்து விளையாடுவதும் உண்டு.

5. பேதனம்:- தனக்கு வேண்டாதவை தன்னை விட்டு அகலும் படியாகச் செய்து கொள்ளும் ஆற்றல். இந்த ஆற்றலை துஷ்பிரயோகம் செய்து நல்ல குடும்பத்தைக் கலைத்து விடவும் நண்பர்கள், தம்பதியரைப் பிரித்து விடவும் முடியும்.

அதே சமயம் நோயாளியிடமிருந்து நோயைப் பிரித்துவிடவும், அரக்கனிடமிருந்து கொடிய குணங்கள் விலகவும் செய்வதற்கும் முடியும்.

6. உச்சாடனம்:- தனக்கு வேண்டாதவர், பேய் பிசாசுகள் முதலான தீயசக்திகளைத்தனது மாந்திரிக சத்தியால் மிரட்டிப் பணிய வைத்தல்

7. வித்துவேடணம்:- வெறுப்பு, பகை உண்டாகச் செய்வது தன்னைவிடாது வந்து துன்புறுத்தும் தீயவர், ஆவிகள், நோய்கள் முதலானவற்றை விலகச் செய்வதற்காக இந்த மந்திர சக்தியைப் பயன்படுத்தலாம்.

8. மாரணம்:- கடைசியாகப் பயன் படுத்தவேண்டிய மந்திர சக்தி மாரணம். ஒன்றை அழித்து விடுவதற்காகப் பிரயோகம் செய்வது.

இப்படியாக எட்டு விதமான மாந்திரிக சித்திகளையும் பெற்றவர்களே சித்தர்கள். இந்த சக்திகளின் துணையில்லாமல் ஒருவர் சித்தர் என்ற நிலையை அடைய முடியாது.

தாந்திரிக முறைப்படி, ஒரு சித்தியை அடைவதற்கு அதற்குரிய ஆசனம், உடை, சமித்து, புஷ்பம் முதலியவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டு அதற்குரிய சக்கரத்தை எந்த உலோகத் தகட்டில் எழுதவேண்டுமோ. அந்த உலோகத் தகட்டில் எழுதி ஸ்தாபித்து முறைப்படி பூஜை செய்வதால் மந்திர சித்தி அடைய வேண்டும். இவை தனி நூலில் விளக்கப்படும்.

அமானுஷ்ய ஆற்றல்

மாந்திரிக சக்தியால் அபூர்வமான ஆற்றல் பெற்ற சித்தர்கள், அணிமா, இலகுமா, கரிமா, மகிமா, பிராத்தி, பிராகாமியம், ஈசத்துவம், வசித்துவம் என்ற அமானுஷ்யமான ஆற்றல் கொடுக்கும் எட்டு வித சித்திகளையும் பெற்றிருந்தார்கள். அவை பற்றியும் இங்கு சிறு குறிப்புகளைக் கொடுக்க விரும்புகிறோம்.

1. அணிமா:- அணுவிலும் சிறியதாதல். அனுமான் ஈயாக மாறி இலங்கிணியின் வாயில் புகுந்து வெளியே வந்து தன் வழியாகச் சென்றதாக இராமாயணம் கூறுகிறது.

2. மகிமா:- பெரியவற்றுக்கெல்லாம் பெரியவராதல். தன் வழியில் குறுக்கிட்ட விந்திய மலையை ஒரு உதை கொடுத்து உட்கார வைத்து விட்டு அனுமான் அதைக் கடந்து சென்றதாகச் கூறப்படுகிறது.

3. இலகுமா:- இறகைவிடக் கனம் குறைந்த மிக இலேசான பொருளாதல்.

4. கரிமா:- கனமான பொருள்கள் எல்லாவற்றையும் விட அதிக கனமாகுதல்.

5. பிராப்தி:- விருப்பியவற்றை அடைதல்

6. பிராகாயம்:- விரும்பிய இடத்திற்குச் செல்லுதல்

7. ஈசத்துவம்:- இறைமை நிலையை அடைதல். உண்டாக்கவும் காப்பாற்றவும் அழிக்கவும் ஆற்றல் பெறுதல்.

8. வசித்துவம்:- எதையும் தன் வயப்படுத்துதல் தன் உருவத்தையே மாற்றிக் கொள்ளவும் உதவக்கூடிய ஆற்றல்.

இத்தகைய சித்திகள் எட்டும் கைவரப் பெற்றவர்களே சித்தர்களாக எண்ணப்படுவர். சுருங்கச் சொன்னால் மனிதனாகப் பிறந்து இறைவனின் நிலைமையை அடைந்தவர்களே சித்தர்கள். மற்றவர்களைச் சித்தர்களாக எண்ணுவ்தோ, சொல்லுவதோ தவறு.

மனிதன் கடவுளாக முடியுமா?

முடியும் என்ற விடை அளிப்பது சித்தர் நெறி ஒன்று மட்டுமே மற்ற எல்லாச் சமயங்களிலும் தத்துவங்களிலும் அந்தப் பேச்சையே எடுப்பதில்லை. அதனால் சித்தர் நெறி எவ்வாறு வழி கூறுகிறது என்பதைப் பற்றி இங்கு சிறிது சிந்திப்போம்.

சரிதை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்ற நால் வழிப்பாதையை வகுத்துள்ளது சித்தர் நெறி. தீயன துறந்து நல்லன துணிந்து மனிதன் அன்பு பண்பு என்ற உயர்ந்த குணங்களை உடையவனாகவும் எதற்காகவும் எக்காலத்தும் நேர்மை தவறாதவனாகவும் ஆதல் முதல் சாதனைகளாம்.

அடுத்து உடலை ஆரோக்கிய நிலையில் நீண்ட காலம் வாழச் செய்வதற்கான வழிகளை சித்தர் நெறி வகுக்கிறது. ஆசனங்கள் மூலமாக உடலில் எப்பகுதியிலும் அழுக்குகள் மிகாமலும், தசை அணுக்கள் செப்பனிடப்பட்டு இளமை குன்றாமலும் இருக்கும்படிச் செய்யப்படுகின்றன.

யோக சாதனையின் மூலம் ஒரு மனிதனுடைய ஆன்மீக சித்திகளை அடைவதற்கு எத்தனை நாள் பிடிக்குமோ? விட்டகுறை தொட்டகுறை உள்ளவர்களுக்கு விரைவில் உண்டாகலாம். மற்றவர்களுக்குக் காலவரையறை கூட பெறவே முடியாது.

சித்திகளை அடைவது என்பது சாதாரணமான காரியம் இல்லை. சித்தர் நெறியைத் தேர்ந்தெடுத்துச் சரியான வழியில் செல்பவர்களுக்கே பல ஆண்டுகள் பிடிக்கலாம். சாதனைகள் அடுக்கடுக்காகச் சேரும் போது நூற்றுக்கணக்கான ஆண்டுகள் வாழ்ந்திருக்க வேண்டிய அவசியமும் ஏற்படலாம்.

சிலருக்கு இது ஒவ்வொரு பிறவியிலும் படிப்படியாக முன்னேற்ற மடைந்து பல பிறவிகளைக் கடந்த பிறகே சாத்தியமாகலாம்.

மேலே கூறியவை சித்தர் நெறியில் செல்பவர்களுக்கு

ஆனால்,

கொங்கணவரின் சீடர் கடைப்பிள்ளைக்குப் பிறகு இன்று வரை எந்தச் சித்தருமே தோன்றவில்லை என்று துணிந்து கூறிவிடலாம். சித்தர்கள் என்று கூறிக் கொள்ளும் போலிச் சாமியார்களின் கூட்டம் மக்களை ஏமாற்றிப் பணம் பறித்துத் தின்று கொண்டிருந்தது என்னவோ உண்மை.

சித்தர் நெறியைப் பின்பற்றுவதற்குப் போதுமான உடல் வலுவும், மனவலிமையும் கொண்ட ஆன்ம பலம் உள்ள உயர்வான மனிதர்கள் தோன்றாததே இதற்குக் காரணம். காயசித்தி, யோகசித்தி, மந்திரசித்தி என்ற சித்திகளை அடைந்து தங்களைச் காத்துக் கொண்டு நிலையாக நின்ற சித்தர் எவருமே இல்லை என்பதுதான் உண்மை.

சரிதை கிரியை யோகம் என்ற படியை எட்டும்பொழுது, சித்தர்கள் தாங்கள் மேற் கொள்ள இருக்கும் நீண்ட பயணம் குறித்துச் சிந்தித்து, தாங்கள் விரும்பும் வரை உடலை ஆரோக்கியமாகவும் ஆயுளோடும் வைத்திருப்பதற்கான வழிமுறைகளைக் கண்டறிந்தார்கள்.

பிராணாயாமம் மூச்சுப் பயிற்சி ஆயுளை அதிகரிக்கச் செய்யும் யோக சாதனைகளில் முக்கியமானது. மூச்சுக் காற்றை விரயப் பண்ணாமல் உள்ளே தங்கச் செய்வதன் மூலம் உறுப்புகள் புதுப்பிக்கப் படுகின்றன. முதிராமல் காப்பாற்ற படுகின்றன.

ஒரு மனிதன் தான் வாழும் காலத்தில் இவ்வளவு மூச்சுகள் விடுகிறான் என்பதைக் கணக்கிட்டு ஒரு மூச்சின் கால அளவை அதிகப்படுத்துவதன் மூலம் ஆயுளை அதிகப்படுத்தவும் வழிகண்டனர். இதன் அடுத்த கட்டம் தான் சமாதி யோகம். மூச்சு விடாமலேயே உயிரோடு இருக்கும் சாதனை.

அடுத்தபடியாகக் கற்ப மூலிகைகளை முறையாக உட்கொள்வதன் மூலம் உடம்பில் உள்ள வாதம்பித்தம் கபம் ஆகிய முக்குற்றங்களும் மிகாமலும் குறையாமலும் காப்பாற்றிக் கொள்ளவும், உடம்பில் உள்ள எல்லா அணுக்களும் முதிர்ச்சி அடையாமலும் இளமையாகவும் இருக்கும்படிச் செய்யவும் வழி கண்டனர்.

கற்ப முலிகைகள் மனிதனுக்கு நரை, திரை, மூப்பு ஏற்படாமல் காப்பாற்றின. என்றும் இளைமையோடு இருக்க உதவின. அதனால் பலநூறு ஆண்டுகள் வரை உயிரோடு இருப்பதும் இயல்வதாயிற்று.

மூலிகைக் கற்பங்களுக்கு அடுத்த படியாகப் பிராணிகளிடமிருந்தும், இயற்கையிலிருந்து தாதுக்களாகவும் பாஷாணங்களாகவும் கிடைக்கும் கற்பங்களையும் கண்டு பிடித்தனர். இவை மனித உடலை நோய் அணுகாதபடி காப்பற்றின. ஆயுளை

நீட்டித்து விரும்புகிற வரை வாழ்ந்திருப்பதற்கான ஆற்றலையும் அளித்தன.

அடுத்தபடியாக பூஜைகள் தியானம் மூலமாக ஏற்கெனவே சித்திகளை அடைந்து பரவெளியில் வசிப்பவர்களைத் திருப்திப் படுத்தினர்.

மந்திரங்களால் அவர்களோடு தொடர்பு கொண்டனர்.

இவ்வாறாக மண்ணுலகிலும் பரவெளியிலும் வாழக் கூடிய தன்மையை அடைந்தனர். மனித உடலோடு இந்த ஆற்றலைப் பெற்றவர்களும் உண்டு. காற்றாலான சூக்கும உடலோடு ஆற்றலைப் பெற்றவர்களும் உண்டு. சித்தர்கள் தாங்கள் அடைந்த சாதனைகள் அனைத்தையும் பஞ்ச பூதங்களாலான உடலைக் கடந்து சூக்கும தேகத்திலும் ஆன்மாவிலும் நிலைக்கச் செய்ததால் இறைமைத் தன்மையை அடைந்தனர்.

இதை ஒருவகையில் மனிதனின் அடுத்த பரிணாம வளர்ச்சி என்றே கூறலாம்.

சித்தர்களும் மருத்துவமும்

சித்தர்களைப் பற்றிய சிந்தனை இன்று வரை தொடர்ந்து நீடித்திருப்பதற்குக் காரணம் மருத்துவத் துறையில் அவர்கள் நிகழ்த்திய அற்புதங்களே.

சித்தர் நெறியில் ஆசனங்கள், யோகம், பிரணாயாமம் என்று கடினமான நியமங்களை மேற் கொள்ளும் போது உடம்பில் சூடு ஏறுவதைக் காணலாம். அதனால் நோய் வாய்ப்படவும் வாய்ப்பு ஏற்படலாம். உடல் நிலையைச் சீராக வைத்திருப்பதற்காகவே சித்தர்கள் மருத்துவத் துறையில் ஈடுபட நேர்ந்தது.

இயற்கையாகக் கிடைக்கக் கூடிய மூலிகைகள், பறவைகள் பிராணிகளிலிருந்து கிடைக்கும் பொருள்கள், தாதுக்கள், பாஷாணங்கள் எல்லாப் பொருள்களையும் அவற்றின் பௌதிக அமைப்பு, வேதியல் பண்புகளைப் பற்றிச் சித்தர்கள் முழுமையாக ஆராய்ந்தார்கள். சித்தர் நூல்களில் பொதிந்துள்ள வேதியியல் உண்மைகளைப் பற்றி மட்டும் ஆய்வு நடத்துவதானாலும் பெரிய சோதனைக் கூடங்கள், நூற்றுக் கணக்கான விஞ்ஞானிகள் தேவைப்படலாம்.

ஒரு செடியை எடுத்துக் கொண்டால் அதன் மேல், பட்டை, தண்டு, இலை, பூ, காய் ஒவ்வொன்றைப் பற்றியும் ஆய்வு செய்யப்பட்டன. அது பச்சையாக இருக்கும் பொழுது உள்ள அதே குணம் உலர்ந்த

பிறகும் உள்ளதா என்பதும் ஆராயப்பட்டது. இதன் மூலம் தான் இஞ்சியும் சுக்கும் ஒரு பொருளாக இருந்த போதிலும் தனிப் பண்புகளும் மருத்துவ குணமும் உடையவை என்று கண்டறியப்பட்டது.

ஒவ்வொன்றிலும் என்ன பொருள்கள் இருக்கின்றன என்பது பற்றிச் சித்தர்கள் நடத்திய ஆய்வு வைத்தியத்திலிருந்து வாதத்திற்குக் கொண்டு போய்விட்டது. மண் புழுவிலிருந்து தூய செம்பு பெறலாம் என்பதை உலகிற்குக் காட்டியதோடு, இரும்பில் தாவரங்களின் சாறுகளை ஊற்றி கரைத்துப் புடமிடுவதன் மூலம் செம்பாக்க முடியும் என்றும் கண்டறிந்தனர். பூநாகச் செம்பு, அயச்செம்பு என்று இரண்டு வகைச் செம்புகள் பெறப்பட்டன.

ஆதிகாலத்தில் இந்த பூமி வெறும் சாம்பல் மயமாக இருந்தது. அந்தச் சாம்பலிலிருந்தே மரம் செடி கொடிகள் முதலாக மனிதர் ஈறாக அத்தனை உயிரினங்களும் தோன்றின என்று கண்டறிந்த சித்தர்கள், வேதியல் முறைப்படி உலோகங்களைச் சாம்பலாக மாற்றும் முறைகளைக் கண்டறிந்தனர். ஒரு உலோகத்தைச் சாம்பல் (பஸ்மம்) ஆக்கிவிட்டால் அது எல்லா நோய்களையும் குணப்படுத்திவிடக் கூடிய குரு மருந்தாகும் என்பதையும் அறிந்தனர்.

சித்தர்களின் மருத்துவ ஆராய்ச்சி கடல்போல் விரிந்து கிடக்கிறது. சித்த மருத்துவத்தால் தீராத நோய்களே இல்லை. இதை நாம் பெருமைக்காகச் சொல்லவில்லை. உண்மையாகவே கண்டறிந்த அனுபவத்தால் கூறுகிறோம்.

மருத்துவத்தின் துறைகள்

இரத்தம், மாமிசம் எலும்பு, தோல், நரம்பு, இருதயம், மூச்சுப்பை முதலான உறுப்புகள், குடல்கள், சுரப்பிகள் போன்றவை பற்றிய நோய்கள் அனைத்துக்கும் சித்த மருத்துவ பரிகாரம் உண்டு.

மஞ்சள் காமாலைக்கு சித்த மருத்துவம் தவிர வேறு கதியே இல்லை என்பதை இன்று மேல் நாட்டு மருத்துவர்களும் ஏற்றுக் கொண்டுள்ளனர். இது சுரப்பி பற்றிய நோய்.

இவற்றைப் பற்றி மேல் நாட்டு மருத்துவ விஞ்ஞானிகளும் ஆய்வு நடத்தி வருகின்றனர். ஆனால் அவர்களால் கிட்ட நெருங்க முடியாத ஒரு மருத்துவப் பிரிவு நாடிகளைப் பற்றிய நோய்கள். ஏனென்றால் உடம்பில் தசவாயுக்கள் பத்து விதமான காற்றுகள் உலவுகின்றன என்பதையே அவர்களால் இன்று வரை ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை.

அதே போல் தசநாடிகளைப் பற்றியும் மேல் நாட்டு மருத்துவர் விரும்பினாலும் அறிந்து கொள்ள முடியாது. ஏனென்றால் தச நாடிகள் என்ற காற்றுச் செல்லும் நரம்பு மண்டலம் சார்ந்த பாதைகளை உடலை அறுத்துப் பார்த்துத் தெரிந்து கொள்ள முடியாது. இவை கண்களுக்குப் புலனாகாதவை.

எறும்பு ஊறிய பாதை கண்ணுக்குத் தெரியும். காற்று நடந்த பாதையைக் காண முடியுமா?

இனித் தசவாயுக்களையும் தசநாடிகளைப் பற்றியும் சுருக்கமாகத் தெரிந்து கொள்ள முயல்வோம்.

தசவாயுக்களையும் தசநாடிகளையும் பற்றி உலகம் அறிந்து கொள்ளத் தக்க சான்றாக விளங்குவது - மறுக்க முடியாத அடிப்படையான ஆதாரமாக விளங்குவது - வர்ம சூத்திரம் தான். இதன் பொருளை உலகுக்கு எடுத்துக் காட்ட வேண்டிய பணி தமிழ் அறிஞர்களைச் சார்ந்ததே.

ஏனென்றால் மேலை நாட்டு அறிவியலார்க்கு இது புரியவில்லை. அதனால் அசட்டையாகவும் இருக்கிறார்கள். அறிவியல் துறையில் தமிழன் அடைந்த முன்னேற்றத்தை மற்றவர்களால் ஏணி வைத்தாலும் எட்டிப் பிடிக்க முடியாது என்பதைத் தமிழன் எடுத்துக் காட்டவில்லை என்றால் வேறு எவர் செய்வார்?

தசவாயுக்கள்

காற்று எதிலும் நுழைந்து விடக் கூடியது. எங்கும் வியாபித்த தன்மையுடையது என்பதை அனைவரும் அறிவார்.

நமது உடல் முழுவதிலும் காற்று பரவி இடம் பெற்றுள்ளது. மூச்சு வழியாகவும் வாய் வழியாகவும் நாம் உட்கொள்ளும் காற்றே உடல் பூராவும் நிரம்பியுள்ளது என்பதை அனைவரும் ஒப்புக் கொள்வர். ஆனால் காற்று ஓரிடத்தில் தங்கக் கூடியது அல்லவே. துளி இடம் கிடைத்தாலும் பொத்துக் கொண்டு ஓடிப்போய் விடக் கூடியதாயிற்றே?

அப்படிப்பட்ட காற்று, நமது உடம்பிலுள்ள நாடி மண்டலத்தின் வழியாகப் பத்து வழிகளை உண்டாக்கிக் கொண்டு அவ்வழிகளின் மூலம் உலாவி வருகிறது என்பதைப் பல நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பாகவே கண்டு பிடித்துத் தங்கள் நூல்களின் வாயிலாக உலகுக்கு எடுத்துக் காட்டியும் உள்ள பெருமை சித்தர்களையே சாரும்.

அந்தப் பத்து வாயுக்கள்

1. பிராணன்
2. அபானன்
3. உதானன்
4. வியானன்
5. சமானன்
6. நாகன்
7. கூர்மன்
8. கிருகரன்
9. தேவதத்தன்
10. தனஞ்செயன் என்பவையாம்.

தசவாய்வுக்களின் செயல்கள்

இந்தத் தசவாயுக்களுக்கும் மனித உடலில் தனிப்பட்ட இடங்கள் உள்ளன. பாதைகள் உள்ளன. செயல்கள் உள்ளன. அவை

1. பிராணன்:- உயிர்வளி, மூச்சுக்காற்று, சிறு குழந்தைக்கும் தெரியும் மூக்குத் துளை வழியாக உள்ளே போய் மூச்சுப்பைகளில் நிரப்பிய பின் உடல் முழுவதும் பரவி உணவைச் சீரணித்து உடல் முழுவதற்கும் எடுத்துச் சென்று வளர்ச்சி அளித்தல், உறுப்புகளில் வெளிப்பட்ட கரி கலந்த கெட்ட வளியை எடுத்துக் கொண்டு அதே மூக்குத் துளை வழியாக வெளியேறுவது.

2. அபானன்:- மலவளி. உணவு செரிக்கப்படும் பொழுது உடலின் வெப்பத்தால் எரிக்கப்படுகிறது. அப்பொழுது வயிற்றில் உண்டாகும் காற்று. எரியும் பொழுது வெளிப்படும் கரிவளியாகையால் கெட்ட காற்று ஆகிறது. இது சீரணித்த பின் தள்ளப்பட்ட அசுத்தமான மலத்தின் நாற்றத்தைச் சுமந்து கொண்டு மலத்துளை வழியாக வெளியேறும். குடல்கள், மலம், சிறுநீர் பெண்களுக்கு மாதவிடாய் முதலியவற்றை வெளிப்படுத்துவதும் பிரசவ காலத்தில் சிசுவையும் நஞ்சுக் கொடியையும் வெளியே தள்ளுவதும் இதன் வேலைகள்.

பிராணன் அபானன் என்ற இரண்டு வளிகளையும் பற்றி கைக்கட்டை விரல்களிலிருந்து அறியலாம். மருத்துவர்கள் கட்டை விரல்களைப் பரிசோதிப்பதன் காரணம் இதுவே.

3. உதானன்- இதன் முக்கியமான செயல் ஒலியை உண்டாக்குவதாகையால் ஒலி அல்வது குரல் காற்று என்று கூறலாம். இதன் தோற்றம் உந்தியில். உந்தியிலிருந்து கிளம்பி தொண்டையில் (குரல்வளையில்)

இருப்பிடம் கொண்டு, மூளை வரை சென்று சொல்லையும் பொருளையும் உண்டாக்குவதும் உணவுப் பாதையில் செரிமானத்திற்கு உதவி செய்வதும் இதன் தொழில்.

4. வியானன்:- காற்றின் உதவியின்றி எச்செயலும் நடைபெற இயலாது. கண்ணை இமைப்பதானாலும் சரி, கல் மலையைப் பெயர்ப்பதானாலும் சரி செயல் எவ்வளவு சிறியதானாலும் பெரியதானாலும் அது நடை பெறுவது காற்றின் துணையாலேயே.

வியானன் என்ற இந்த வளி உடல் முழுவதும் வியாபத்திருப்பதால் இப்பெயர் பெற்றது. கால் கட்டை விரலை அசைப்பது உட்பட எல்லாச் செயல்களுமே இந்த வளியின் துணையால் நடை பெறுகிறது.

உதானன் வியானன் என்ற வளிகளின் தன்மை உடலில் எவ்வாறு உள்ளது என்பதை கைச் சுட்டு விரல் மூலம் அறியலாம்.

5. சமானன்:- இந்த வளி நாம் உண்ணும் கடினமான பொருள்கள், தண்ணீர், குடிவகைகள், எளிதில் சீரணிக்கப் படக் கூடியவை, எளிதில் சீரணமாகாதவை இவற்றை யெல்லாம் சமப்படுத்தித் தக்கவாறு இரைப்பைக்கும் குடல்களுக்கும் கொடுத்துச் செரிமானத்திற்கு உதவி செய்கிறது. உணவு வகைகளைச் சீர்ப்படுத்தி உடல் ஏற்றுக் கொள்ளச் செய்வதால் இதற்கு சமானன் என்று பெயர். இதன் இருப்பிடம் வயிறு

6. நாகன்:- உடலின் எப்பாகத்தையும் சுருங்கவும் விரியவும் செய்வது இதன் தொழில். தொண்டை, நாக்கு போன்றவற்றைச் சுருங்கவும் விரியவும் செய்வதால் பேச்சுக்குத் துணை செய்கிறது. வயிற்றைச் சுருக்கி வாந்தி உண்டாக்குகிறது. மூச்சுப் பைகள் சுருங்கவும் விரியவும் செய்து மூச்சு நடைபெற உதவுகிறது. இப்படி பல மிக முக்கியமான பணிகளைச் செய்யும் வளி இது.

சமானன் நாகன் என்ற வளிகளின் தன்மை உடலில் எப்படியுள்ளது என்பதை நடு விரல் கொண்டு அறியலாம்.

7. கூர்மன்:- விழிக்காற்று, கண்களைத் திறப்பதும், மூடுவதும். தூசி தும்பு பறந்து வரும் பொழுது சட்டென்று இமைகளை மூடித்தற் காப்புச் செய்வதும் இதன் வேலை.

8. கிருகரன்:- மார்புக் கூட்டை இடமாகக் கொண்டுள்ள இந்த வளியின் முக்கியமான செயல் தும்மல், விக்கல் போன்றவற்றை உண்டாக்குவது. காமம் கோபம் போன்ற உணர்ச்சிகளின்

படபடப்பையும் சூட்டையும் உண்டாக்குவது இதன் செயலே. சர்க்கரை, மாவுப் பொருள்கள் தொண்டையிலேயே சீரணிக்கப் படவும் உதவுகிறது

கூர்மன் கிருகரன்; என்ற வாயுக்களின் தன்மையை மோதிர விரல் மூலம் அறியலாம்.

9. தேவதத்தன்:- மார்பை இடமாகக் கொண்டு கொட்டாவியாக வெளிப்படும் வளி.

10. தனஞ் செயன்:- வீங்கச் செய்யும் காற்று எங்கே அடிபட்டாலும் வீக்கம் ஏற்படுவது இந்த வளியாலேயே. கடைசியாக மரணத்திற்குப் பின் உடலை வீங்கச் செய்து பின் கபாலத்தைப் பிளந்து கொண்டு வெளியேறும் காற்று இது.

இனித்தச நாடிகளைப் பற்றி கவனிப்போம்.

தசநாடிகள்

நாடிகள் என்பவை உடலில் இயங்கும் காற்றின் பாதைகளையே இங்கு குறிக்கும். இவை பெரும்பாலும் நரம்புகள் எலும்புகளை ஒட்டியே அமைந்துள்ளன.

1. இடகலை:- வலது கால்கட்டை விரலிலிருந்து மேலே எழும்பி இடது நாசித்துளை வழியாகத்திரும்பி கத்திரிக் கோல் போல் குறுக்கலாக மாறி இடது கால் கட்டை விரலைச் சென்று அடையும் வளி.

2. பிங்கலை:- இடது கால் கட்டை விரலிலிருந்து வல்து நாசித்துளை வழியாகத்திரும்பிக் கத்திரிக்கோல் மாறாக வலது கால் பெரு விரலை அடையும் வளி.

3. நடுநாடி:- மூலாதாரம் முதல் மூளைவரை முதுகந்தண்டை ஒட்டி அமைந்துள்ள நாடி. இதுவே எல்லா நரம்புகளின் இயக்கத்திற்கும் துணை புரிகிறது.

4. சுழிமுனை:- நடு நாடியை ஒட்டியே அமைந்துள்ளதாகவும் கூறுவர். பிடரியிலிருந்து நெற்றிப் பொட்டு வரை இயங்குவதாகச்சிலரும். நெற்றியில் நின்று பிரகாசிப்பது மட்டுமே இதன் தொழில் என்றும் கூறுவர்.

பொதுவாக மூச்சுக் காற்று இரண்டு நாசித்துளைகளுக்கும் நடுவே இயங்குவதைச் சுழினை நடப்பதாகக் கூறுவர். சுழினை நடக்கும் போதே ஸ்தப்பனம் செய்ய முடியும். அதனால் யோகிகளால் மிகவும் அறியப்பட்ட நாடி இது.

5. காந்தாரி:- கண் இமைகளில் நின்று கண்களை இமைக்கச் செய்யும் நாடி.

6. அத்தி:- எலும்புக் கூடு முழுவதையும் தழுவி இரண்டறக் கலந்து நிற்கும் நாடி.

7. சிங்குவை:- நாவில் நின்று உணவை விழுங்க உதவுவது.

8. அலம்புருடன்:- செவிகளில் இயங்குவது.

9. புருடன்:- பாதங்களில் இயங்குவது.

10. சங்கினி:- மார்புக் கூட்டில் இயங்குவது.

தசநாடிகளும் வளி இயங்கும் பாதைகளாகையால் இவற்றுக்கென்று தனிக் குழாய்களோ வேறு அமைப்புகளோ கிடையாது. உடலை அறுத்துப் பார்ப்பவர்களால் பார்க்கவும் முடியாது. ஆனால் வாயுவின் உதவியின்றி எந்த உறுப்பையும் இயக்க முடியாதாகையால் இவற்றின் இருப்பிடத்தையும் தன்மையையும் உய்த்துணரலாம்.

வர்மத்துக்கும் நாடிகளுக்கும் உள்ள தொடர்பு

காற்றின் பாதை எலும்புகளின் இணைப்புகளை நெருங்கிச் செல்லும் இடங்களிலேயே பெரும்பாலான வர்ம ஸ்தானங்கள் உள்ளன. சில சுரப்பிகளைப் பற்றியும் நெருங்கியுள்ளன.

வர்மஸ்தானம் தாக்கப்பட்டவுடன் பொறி கலங்கி, கண் மயங்கி நினைவு தவறி விடுகிறது. இதிலிருந்து மூளைதான் முக்கியமாகப் பாதிக்கப்படுகிறது என்பது புரிகிறது. நரம்பு மண்டலம் மூளை சார்ந்தது.

அதனாலேயே மூளைக்கு வலு வளிக்கக் கூடிய வல்லாரையே முக்கியமான மருந்தாகச் சித்தர்கள் குறித்துள்ளனர்.

வர்மம் தாக்கப் பட்டவுடன் அந்த இடத்தில் காற்றினால் ஒரு முடிச்சு உண்டாகி விடுகிறது. அது நான்கு பக்கங்களிலும் காற்றை நகர விடாமல் தடுத்து விடுகிறது. அதனாலேயே ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குள் வர்மத்தை இளகச் செய்யாவிட்டால் மரணம் நிச்சயம் என்று வர்மானியர் கூறுகின்றனர்.

வர்மத்தை இளகச் செய்ய உபயோகிக்கப்படும் முக்கியமான மருந்து சுக்கு. சுக்கை மென்று காதிலும் மூக்கிலும் ஊத வேண்டும். இதுதான் வர்மத்தை இளக்க முதலானதாகச் செய்ய வேண்டிய வேலை.

சுக்கு வாயுவை வெளியேற்றக் கூடியது. வயிறு உப்பிக் கொண்டால் சுக்குக் கஷாயத்தையே தேடுகிறோம். சுக்கை மென்று காதிலும் மூக்கிலும் ஊதியவுடன் சுக்கின் நெடி உடலில் பரவுகிறது. உச்சியில் தட்டுவதால் அதன் வேகம் அதிகரிக்கிறது. வர்மம் கொண்டுள்ள இடத்தை அடைந்தவுடன் சுக்கு அதை நெகிழச் செய்து காற்றும் இரத்தமும் பரவ உதவுகிறது.

வர்மம் வளியின் பாதையில் வளியால் ஏற்படுகிறது. அது மூளையைப் பாதிக்கிறது என்று இரண்டு விஷயங்கள் இதிலிருந்து பெறப்படுகின்றன.

வர்ம வைத்தியத்தின் முக்கியத்துவம்

சித்த வைத்தியத்தின் ஒரு முக்கியமான பிரிவாகவே வர்ம வைத்தியம் அமைந்துள்ளது. போகரும் அகஸ்தியரும் வர்ம வைத்தியத்தைப் பற்றி நிறையவே கூறியுள்ளனர். அகஸ்தியர் பாடிய ஒடிவு முறிவு சாரி என்ற நூலில் வர்மத்தின் தாக்குதலால் ஏற்படும் எலும்பு முறிவுகள், நரம்புகளில் ஏற்படும் அதிர்ச்சிகள், இரத்தக் குழாய்கள், சுரப்பிகளில் உண்டாகும் புண்கள் ஓட்டைகள் இரத்தச் கசிவு முதலான எல்லாவற்றுக்கும் சிகிச்சை முறைகளைக் கூறியிருக்கிறார்.

இது மருத்துவத்தின் ஒரு தனிப்பெரும் பிரிவாகும். இன்று வரை அலோபதி, ஓமியோபதி முதலான மேல் நாட்டு மருத்துவ முறைகளால் அறியப்படாத ஒன்றும் ஆகும்.

வர்மங்களைப் பற்றியும் அவற்றிற்கான மருத்துவம் பற்றியும் உலகம் அறிந்து கொள்ளும் பொழுது தான் சித்த மருத்துவத்தின் முழுப் பெருமையும் அளவும் உலகுக்குத் தெரியவரும்.

உ

போக முனிவர் அருளிய

வர்ம சூத்திரம்

மூலமும் - உரையும்

ஆதியென்ற மூலவட்டம் கணபதியே காப்பு
அகன்றபரி பூரணத்தின் அறிவி னாலே
சோதியருள் நின்றிலங்கும் பிராண தீபம்
சூட்சமது யாவருக்கும் துலங்க வேண்டி
வாதியென்னும் உலகத்தின் மனிதர்க் காக
- -
பாதிமதி தரித்தசிவன் தன்னைப் போற்றிப்
பரப்பிரம்மமான குருபரனே காப்பு. (1)

ஆதி உலகிலே முதன் முதலாகத் தோன்றியவரும் மூலாதாரம் என்ற வட்டத்தினால் விளங்குபவருமான கணபதி காப்பாராக. அகன்ற பரிபூரணமாகவும் அறிவின் தீபமாகவும் விளங்கும். பிறை சூடிய சிவபெருமான் உலகத்தில் மனிதர்களுக்காக கைபாகமாகச் சொன்ன விஷயங்களை இங்கே எடுத்துக் கூறுவதற்குப் பரப்பிரம்மமான குருபரனே காப்பாராக.

ஆதாரம் என்றதொரு மூலத் துள்ளே
அண்டமாய் அண்டமெங்கும் நிறைந்த ஜோதி
பாதாரம் தனைப் பணிந்து வர்ம சூத்திரம்
பாடினேன் நாடிநரம்பு ஆன வாறும்
காதாரம் கொண்டுணர்ந்து என்னை ஆண்ட
கடாட்சமது போகருட கருணை யாலே
வாதாரம் மகிழ்ந்துரைத்த வர்ம சூத்திரம்
வையகத்தோர் காணாமல் மறைவில் வையே. (2)

உலகமெல்லாம் நிறைந்த ஜோதி மயமான கடவுளின் பாத கமலங்களைப் பணிந்து வர்ம சூத்திரப் பாடினேன். நாடி நரம்புகளைப்

பற்றியும் கூறியுள்ளேன். இதை உணர்ந்தோர் மற்றவர்கள் காணாமல் மறைத்து வைக்க வேண்டும்.

மறைவில் வைப்பதென்றால் மைந்தா கேளு
வகைவிபரம் கைபாகம் மறைப்பொன் றில்லை
உறவாடிச் சிலபேர்கள் நூல் தாவென்று
ஓவியம் போல் மொழிபேசி உன்னை யேய்ப்பார்
திறமான நூலவற்கு வெளியிடாதே
சீடனென்று பன்னிரண்டு வருடம் காத்தால்
அறிவான பக்தியவர்க் கிருந்த தானால்
அப்பனே பொருள் வாங்கி நூலை ஈயே. (3)

இந்த நூலில் வகை விபரம் கைபாகங்களை மறைப்பாகச் சொல்லவில்லை. அதனால் உன்னை நெருங்கி உறவாடி அழகாகப் பேசி நூலைக் கொடு என்று ஏமாற்ற முயல்வார்கள். அவர்களிடம் நூலைக் கொடுத்து விடாதே..

உன்னிடம் சீடனாகப் பனிரெண்டு வருடம் காத்திருப்பவனைப் பார்த்து அவன் நல்லவன் என்ற நம்பிக்கை உனக்கு ஏற்பட்டால், அவன் அறிவுள்ளவனாகவும் உண்மையான பக்தி சிரத்தையோடும் நடத்து கொண்டால் அவனிடம் பொருள் வாங்கிக் கொண்டு உபதேசம் செய்.

ஈவதுதான் யாருக்கு சிவயோகிக்கு
செகத்திலுள்ள மனிதர்க்கு ஈந்தா யானால்
சாவதுவே கடைநரகில் விழுவாய் சொன்னேன்
சண்டாளர்க் கீயாதே தரணி மீதில். (4)

(இப்பாடலில் நான்கு வ.ரிகள் கிடைக்கவில்லை)

சிவயோகிகளுக்கு உபதேசம் செய். சண்டாள மனிதர்களுக்குக் கொடுத்தால் கடை கெட்ட நரகில் வீழ்வாய் என்பதைத் தெரிந்து கொள்.

நாமிதுவே வெளியாகச் சொன்ன நூறும்
நாட்டிற்குள் வர்மானி நட்பொன் றில்லை
தாமிதுவே வெளியாகச் சொன்னேன் என்று
தாரணியில் இந்நூலை மறைத்தார் பாரே
ஆமிதுவே நின்றபேர்க்கு வர்ம மெல்லாம்
அடவாகப் பலியாதே அறிந்து பாரே. (5)

(இப்பாடலில் இரண்டு வரிகள் குறைவு)

இந்நூலின் நூறு பாடல்களில் வர்மம் மழுவதும் கூறியுள்ளேன் நான் இதில் வெளிப்படையாகச் சொல்லிவிட்டேன. என்பதால் இந்நூலைச் சிலர் மறுப்பார்கள் ஏளனமாகப் பேசுகிறவர்களுக்கு வர்மம் எதுவும் பலியாது.

பாரப்பா படுவர்மம் பன்னிரெண்டும்
பாங்கான தொடுவர்மம் தொண்ணூற்றாறும்
வேறப்பா மெய்தீண்டாக் காலம் ஒன்றும்
வெற்றியென்ற பச்சிலையும் விளம்பக் கேளு
ஆரப்பா நாடியெழுபத் தீரா யிரந்தான்
ஆராய்ந்து சொல்லுகிறேன் சொல்லக்கேளு
தேரப்பா சூத்திரத்தை அறிய வென்றால்
தெளிவாகச் சொல்லுகிறேன் தெளிந்து கேளே. (5)

வர்மத்தின் வகைதொகைகள் என்னவென்றால் படுவர்மம் பனிரெண்டு. தொடு வர்மம் தொண்ணூற்றாறு. மெய் தீண்டாக் காலம் ஒன்று.

வெற்றியென்ற பச்சிலை மருந்து கூறியுள்ளேன். இவை உடம்பில் உள்ள எழுபத்தீராயிரம் நரம்புகளையும் ஆராய்ந்து சொன்னவையாம். இந்த நுலைக் கற்பதன் முன் அடக்கத்தை நன்றாகக் கற்றுக் கொள் தெளிவான மனதோடு பாடம் கேட்பாயாக.

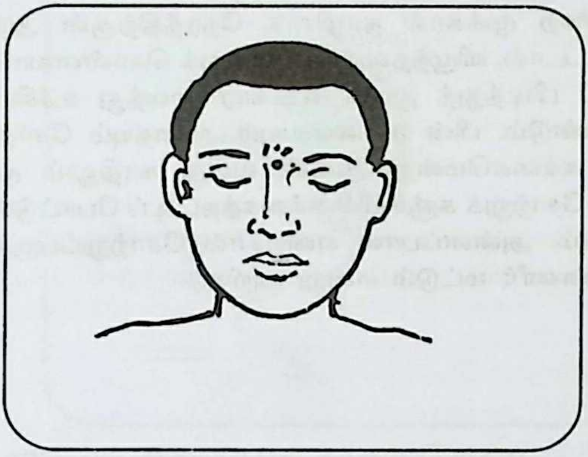
கேளடா மனமதை அடக்க வேணும்
கொடிதான கோபமெல்லாம் தொலைக்க வேணும்
ஆரடா ஆனாலும் காலங் கொண்டால்
அப்பனே குருபரனைத் தேட வேணும்
பாரடா அனுமாரைப் பூசை வேணும்
பத்திரமாய் அஞ்செழுத்துப் பூசை வேணும்
சேரடா அச்சரத்தை எழுதி வைத்துச்
சீருலகில் அஞ்செழுத்தால் தியானம் செய்யே. (7)

கோபத்தைக் குறைத்து விடு. ஏனென்றால் கோபம் பாபம். சண்டாளம் என்று பழமொழியாகச் சொல்வதை மறந்து விடாதே. கோபத்தினால் பாபம் செய்ய நேரிடும். அதனால் நீ சண்டாளனாகி விடுவாய் என்பதே இதன் பொருள்.மனத்தை அடக்க வேண்டும். கோபத்தை அடியோடு தொலைத்து விட வேண்டும். யாராவது வர்மத்தில் தாக்கப்பட்டுள்ளார்கள் என்று உனக்குத் தெரிந்தால் உடனே குருவைத்தேடு. ஆஞ்சநேயரைப் பூசை செய். ஐந்தெழுத்தை ஜபம் செய்.

செய்யப்பா மூலியெல்லாம் சாபம் தீர்த்து
செயலான வசனத்தால் உண்டு பண்ணு
கையப்பா வர்மமதைத் தேர்ந்து கொண்டு
கருத்தான கைபாகம் அறிய வேணும்
நையப்பா இதன் விபரம் நன்றாய்ப் பார்த்து
நாதனருளாலே பெருக்கத்தை நாடுவாயே
பையப்பா வர்மமெல்லாம் பகரக்கேளு
பராபரனை நெஞ்சிலே நினைந்து நேரு. (8)

மூலிகைகளின் சாபத்தைத் தீர்த்து அவற்றுக்குரிய மந்திரத்தால் உயிர் கொடுப்பாயாக. வர்மத்தைத் தெரிந்து கொள்வதோடு கை பாகத்தையும் தெரிந்து கொள். எல்லா விபரங்களையும் நன்றாகத் தெரிந்து கொண்டு குருவருளால் மேலும் விருத்தி செய்து கொள். இப்போது வர்மங்களைப் பற்றிச் சொல்லத் தொடங்குகிறேன்.

திலர்த காலம்



நேரப்பா நெற்றிநடுப் புருவந்தன்னில்
நேராக நெல்லிடைக்கும் கீழதாக
தாரப்பா திலர்தகாலம் அதற்குப்பேராம்
தட்டெனவே முறிவு கொண்டால் பிழையாதப்பா
பேரப்பா பிழையாத திலர்தகாலம்
பேசுகிறேன் அதில் வர்மம் கொண்டால் கேளு
கூரப்பா வாய்பிளந்து வானம்பார்த்து
கொள்ளுமடா நாழிகைதான் மூன்றே முக்கால். (9)

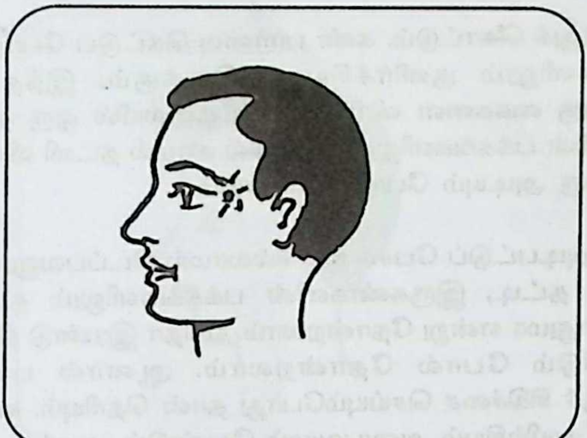
நெற்றியின் நடுமையத்தில் புருவங்கள் சேருமிடத்திலிருந்து ஒரு நெல் அளவு நீளம் கீழாக உள்ளது திலர்த காலம். அங்கே அடிப்பட்டால் பிழைப்பது கடினம். வாயைப் பிளந்து கொண்டு வானத்தைப் பார்த்தபடி விழுந்து விடுவான்.

குறையாமல் இளகுமுறை கூறக்கேளு
குடுமி பிடித்து இறுத்திக் கொண்டு
குணமாக உச்சியில் தட்டிக் கொள்ளே
- - - - - - - - - - - - - - - - - -

தலையாக பின்தலையும் செவியும் பற்றி
சார்வாக சுக்குவைத்து ஊதுவாயே
வளையாமல் அன்னப்பால் சுக்கும் சேர்த்து
உத்தமனே கொடுத்துவிடு உறுதியாகும். *(10)*

மூன்று முக்கால் நாழிகை நேரத்திற்குள் அந்த வர்மத்தை இளக்கிவிட்டால். விழுந்தவன் பிழைத்துக் கொள்ளலாம். அவனுடைய குடுமியைப் பிடித்துத் தூக்கி உட்கார வைத்து உச்சியில் ஒரு தட்டு தட்ட வேண்டும். பின் தலையையும் காதையும் சேர்த்துப் பிடித்துக் கொண்டு சுக்கைமென்று அவன் வலது காதிலும் மூக்கிலும் ஊத வேண்டும். சோற்றுக் கஞ்சியில் சுக்கைத்தட்டிப் போட்டுக் குடிப்பதற்குக் கொடுக்கவும். அன்னப்பால் என்றதால் சோற்றுப்பருக்கை இல்லாத கஞ்சித் தண்ணீர் மட்டும் என்று அறிக.

நட்சத்திரக் காலம்



ஊதிவே அன்னப்பால் சுக்கும் சேர்த்து
　　உத்தமனே கொடுத்துவிடு உறுதியாகும்
சாதியென்னும் நட்சத்திரக் காலம் தன்னில்
　　நலம் குணம் விபரமுடன் சாற்றக்கேளு
சோதியென்னும் கடைக்கண் சிறைக்குள்ளேதான்
　　துலங்குமந்த குழிவதிகம் தோணுமப்பா
வாதியென்ற வர்மமது கொண்டு தானால்
　　மஞ்சள் போல் கண்முகம் மாறும் பாரே. (11)

அடுத்தபடியாக நட்சத்திரக்காலம் என்ற வர்மத்தின் குணம் குறி அடையாளங்களைக் கூறுகிறேன். கேட்பாயாக.

நட்சத்திரக் காலம் என்பது கடைக் கண் குழியில் உள்ளது இங்கே அடி இடி பட்டு வர்மம் ஏற்பட்டால் முகமும் கண்களும் மஞ்சள் நிறமாக மாறிவிடும். மனிதர் முகம் போல் அல்லாமல் வேறு விதமாகவே தோன்றலாம்.

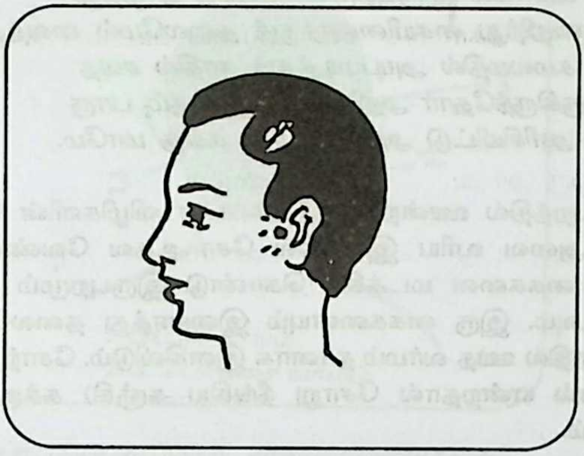
முகமாறி வேர்வையுடன் விழி தோன்றாது
　　முதுகுதனில் இருபுறமும் குளிர்ச்சை காணும்
யுகமான நாழிகைதான் இருபத் தேழில்
　　உத்தமனே இளக்குமுறை உரைப்பேன் கேள்

சுகமாகக் கைவிரித்து மறு புறத்தில்
சூத்திரமாய்த் தட்டொன்று சுருக்கில் லாமல்
வகையாக இருபுறமும் தடவித் பார்த்து
வளமையுடன் உச்சியிலோர் அடியும் போடே. (12)

வியர்த்துக் கொட்டும். கண் பார்வை கெட்டுப் போகும். முதுகின் இரு புறங்களிலும் குளிர்ச்சியாக இருக்கும். இந்த வர்மத்தை இளக்குவதற்கு கைகளை விரித்து பின் தலையில் ஒரு தட்டுத் தட்டி இரு கண்களின் பக்கங்களிலும் சுருக்கில் லாமல் தடவி விட வேண்டும். உச்சியில் ஒரு அடியும் போட வேண்டும்.

வர்ம அடிபட்டுப் பேச்சு மூச்சில்லாமல் கிடப்பவனுக்கு உச்சியில் ஒரு தட்டுத் தட்டி, இருகண்களின் பக்கங்களிலும் தடவிட இந்த சிகிச்சை போதுமா என்று தோன்றலாம். ஏதோ இரண்டு நிமிஷங்களில் குணமாகிவிடும் போல் தோன்றலாம். ஆனால் படிப்படியாக நோயாளிக்குச் சிகிச்சை செய்யும்போது தான் தெரியும். வர்ம சிகிச்சை முறைகளில் பயிற்சியும் அனுபவமும் வேண்டும். அதற்கு ஒரு ஆசான் மூலம் கற்றுக்கொல்வதே முறை.

செவிக்குத்திக் காலம்



போடப்பா சுக்காலே ஊதிப்போடு
புத்தியுடன் சாமையரிசி பாலும் ஊட்டு
காடப்பா காதில் சிறு தண்டில் தானே
கலங்காதே செவிகுத்திக் காலம் என்பார்
வீடப்பா செய் குணத்தை விளம்பக்கேளு
விழியிரண்டும் தள்ளிவாயில் பதைப்பும் காணும்
நாடப்பா அதின் குணத்தை நன்றாய்ப் பார்த்து
நாழிகைதான் இருபத்து மூன்றிற்குள் மாறும். (13)

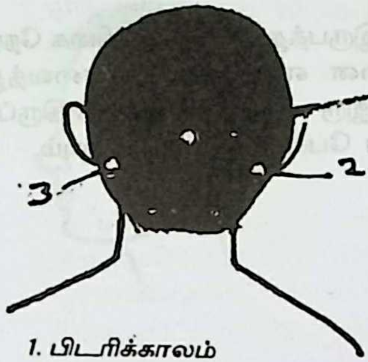
சுக்கை மென்று காதில் ஊதுவதுடன் சாமையரிசிச் சோறும் பாலும் கலந்து ஊட்டவும். சிலர் வலது காதிலும் வலது நாசித்துளையிலும் ஊதவேண்டும் என்பர்.

அடுத்தது செவிகுத்திக் காலம் என்ற வர்மம் காதின் சிறு தண்டில் அமைந்துள்ளது. இவ்விடத்தில் வர்மம் கொண்டால் விழிகள் பிதுங்கி வெளியே தள்ளும். வாயில் நுரையும் தள்ளும். இருபத்து மூன்று நாழிகை நேரத்திற்குள் இந்த வர்மத்தை இளக்க வேண்டும்.

மாறும்பார் மறுபுறத்தில் ஊன்றிக் குத்தி
மகத்தான கண்விழியும் தடவித் தாழ்த்து
குருபரனை நினைத்துக்கை மடக்கிக் கொண்டு
கூசாமல் இருபுறமும் தடவித் தாழ்த்து
கருவறிந்து கையிணைத்துத் தலைமேல் வைத்துக்
கமலமதில் அடியடித்துக் காதில் ஊத
அருகிருந்தோர் அறியாமல் இளகும் பாரு
அரிசியிட்டு அன்னப்பால் சுக்கு மாமே. *(14)*

எதிர்புறத்தில் ஊன்றிக் குத்திக் கண் விழிகளின் மேல் தடவிக் கொடுத்து அவை உரிய இடத்தில் சேர உதவ வேண்டும். குருவை நினைத்துக் கைகளை மடக்கிக் கொண்டு இருபுறமும் தடவிக் கீழே தாழ்த்திவிடவும். இரு கைகளையும் இணைத்து தலைமேல் வைத்து அடித்துக் காதில் ஊத வர்மம் தானாக இளகிவிடும். சோற்றுக் கஞ்சியில் (அன்னப்பால் என்றதால் சோறு நீங்கிய கஞ்சி) சுக்குப் போட்டுக் கொடுக்கவும்.

பிடரிக் காலம்



1. பிடரிக்காலம்
2. 3. பொற்சை வர்மம்

ஆமப்பா இன்னுமொரு காலம் சொல்வேன்
ஆச்சரியம் ஆச்சரியம் இதுபோல் உண்டோ
தாமப்பா தலைமுடிந்த தலத்தில் தானே
சார்வான குழிவதிலே பிடரிக் காலம்
ஓமப்பா ஓடிவுடனே அடிகள் குத்து
ஊக்கமுடன் கொண்டுதானால் உடனே சாகும்
நாமப்பா தலைகுழைந்து கண்ணுமூடி
நன்றாக உணர்ச்சிகெட்டு நடுங்கும் கண்டாய். (15)

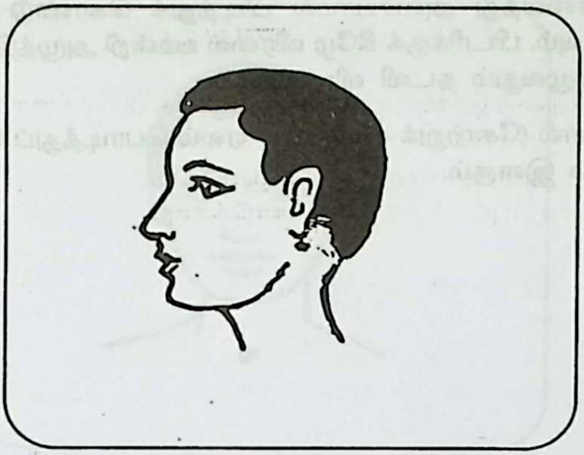
தலையின் பின்புறம் முடியும் இடத்தில் உள்ள குழியில் பிடரிக்காலம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் அடி குத்து விழுந்தால் ஆள் உடனே செத்துப் போவான். தலை நிற்காமல் துவண்டு கண்கள் மூடி உணர்ச்சியில்லாமல் தடுமாற்றம் ஏற்படும்.

நாமப்பா நாழிகைதான் மூவெட் டாகும்
நன்மையுடன் இளக்குமுறை நவிலக்கேளு
ஓமப்பா எடுத்திருத்தி அசையாமல் தானே
உத்தமனே உச்சியிலோர் அடியும் போடு

ஆமப்பா கண்டத்தின் அணுவா கத்தான்
அசைத்துவிடு இருபுறமும் சுண்ணம்போலே
வாமப்பா கறியுப்பு அன்னப் பால்தான்
மைந்தனே கொடுத்துவிடு மாறும் பாரே. (16)

இந்த வர்மத்தை இருபத்து நான்கு நாழிகை நேரத்திற்குள் இளக்க வேண்டும். விழுந்தவனை எடுத்து உட்காரவைத்து உச்சியில் ஒரு அடிபோட்டு கழுத்தை இரு புறமும் மெதுவாக திருப்பி விடவேண்டும். சோற்றுப்பாலில் உப்புப் போட்டுக் கொடுக்கவும்.

உறக்கக் காலம்



மாறுமப்பா உறக்கத்தின் கால மொன்று
மைந்தனே சொல்லுகிறேன் மருவிக்கேளு
தேறுமப்பா இப்படியே தேசத் தோர்கள்
செய்கின்ற காலத்தின் தெளிவே தென்றால்
வேறுபடும் நாடியருகு தன்னைப் பற்றி
விரல் பதியும் குழியதிலே உறக்கக் காலம்
கூறவொண்ணா காலமது கொண்ட பேர்க்கு
கொஞ்சுதிரு வாய்பிளந்து நாக்குத் தள்ளும். (17)

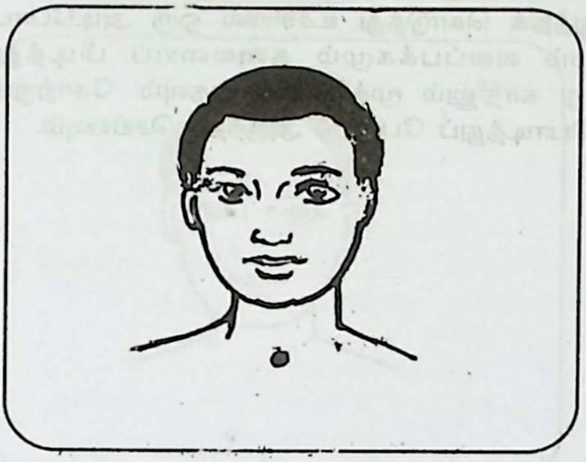
காதின் கீழ் தாடை சேரும் இடத்தில் கழுத்தின் உட்புரம் விரல் வைத்து அழுத்தினால் அழுத்தும் குழி உள்ளது. இங்கு வர்மம் கொண்டால் வாயைப் பிளந்து நாக்கை வெளியே தள்ளிக் கொண்டு விழுவான்.

தள்ளும்பார் உடல்வெதும்பி உணர்ச்சி மாறும்
தளர்ச்சையாய் உறக்கமது தானுண்டாகும்
வள்ளும்பார் நாழிகைதான் தொண்ணூற் றுள்ளே
விதமாக இளக்குமுறை விதிக்கிறேன் பார்
தள்ளும்பார் எடுத்திருத்தி அசையா மல்தான்
தயவாக உச்சியிலோர் அடியும் போடு
கொள்ளும்பார் பிடரியின்கீழ் ஊன்றிக் குத்திக்
கூசாமல் பிடரிவட்டம் தடவி டாயே. (18)

உடல் சூடாகும். உணர்ச்சியற்றுப் போகும். ஆழ்ந்த தூக்கத்தில் விழுந்து விடுவான். இதற்கு உறக்கக் காலம் என்று பெயர். தொண்ணூற்றாறு நாழிகைக்குள் இளக்க வேண்டும். விழுந்தவனை எடுத்து உட்காரவைத்து அசையாமல் பிடித்துக் கொண்டு உச்சியில் ஒரு அடி போடவும். பிடரிக்குக் கீழே விரலை ஊன்றி அழுத்திக் குத்திப் பிடரிவட்டம் முழுவதும் தடவி விடவும்.

அன்னப்பால் (சோற்றுக் கஞ்சியில்) ஏலம் பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்க வர்மம் இளகும்.

தும்மிக் காலம்



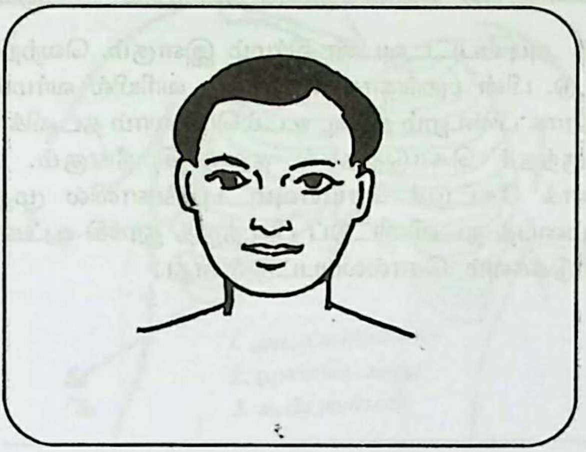
தடவியே ஏலமிட்டு அன்னப்பால் கொள்ள
தப்பாமல் இந்தவர்மம் இளகும்பாரு
தொடர்வாக இன்னமொரு காலம் சொல்வேன்
தோற்றமது தும்மியென்ற காலம் தன்னை
விடர்வான தொண்டையின் கீழ்ச் சுழியிலப்பா
மேலான வர்மமது கொண்டு தானால்
கடினமடா மேல்துடிக்கும் கண்கள் மூடும்
கமலமென்ற நாசியில் நீர் ஒழுக்கு மப்பா. (19)

தொண்டைக்குக் கீழேயுள்ள குழியில் தும்மிக் காலம் என்ற வர்ம ஸ்தானம் உள்ளது. இந்த இடத்தில் வர்ம அடி கொண்டால் உடல் துடிக்கும். கண்கள் மூடிக்கொள்ளும். மூக்கிலிருந்து தண்ணீர் கொட்டும்.

ஒழுக்குமப்பா முகங்கறுக்கும் வேர்வை யுண்டாம்
உத்தமனே நாழிகைதான் பதினெட்டுக்குள்
பலிக்குமப்பா எடுத்திருத்தி மறுபு றத்தில்
பத்திரமாய்க் கைபொத்திப் பதமா யிருத்திப்
பலிக்கும்பார் உச்சியிலோர் அடியும் போடு
பசையவே இடவலமும் திருப்பிக் கொண்டு
பலிக்குமப்பா நாசிசெவி சுக்கால் ஊதி
அன்னப்பால் சீரகத்தில் அருந்தச் செய்யே. (20)

முகம் கறுத்துப் போகும். வியர்த்துக் கொட்டும். பதினெட்டு நாழிகைக்குள் இந்த வர்மத்தை இளக்க வேண்டும். வர்மம் கொண்டவனை எடுத்து உட்கார வைத்து மறுபுறத்தில் கைகளைச் சேர்த்து அழுத்திக் கொடுத்து உச்சியில் ஒரு அடிபோடவும். பிறகு இடப்பக்கமும் வலப்பக்கமும் தலையைப் பிடித்துத் திருப்பி சுக்கைமென்று காதிலும் மூக்கிலும் ஊதவும். சோற்றுக் கஞ்சியில் சீரகத்தைப் பொடித்துப் போட்டு அருந்தச் செய்யவும்.

நேர் வர்மம்



அருந்திடவே காலமது இளகுஞ் சொன்னேன்
ஆச்சரியம் நேர்வர்ம அடவு கேளு
வருந்திடவே கூம்பில் இரு விரலின் தாழ்வாய்
மார்க்கமுடன் நேர்வர்மம் கொண்டால் கேளு
இருந்தவுடல் குளிர்ந்துவிடும் வேர்வை காணும்
இருமலிலே இரத்தம் வரும் இதனால் தானே
பொருந்திடலே நாழிகைதான் பதினெட்டுக்குள்
பொத்தொன்று உச்சியிலோர் அடியும் போடே. (21)

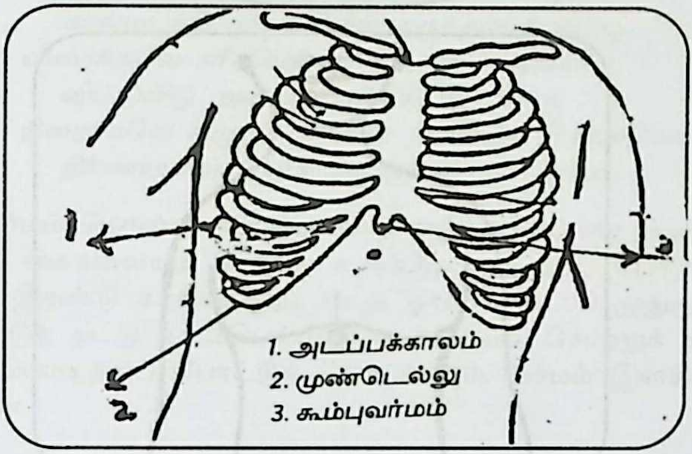
கழுத்துச் சங்குக் கூம்பின் இருவிரல் கீழாக உள்ளது நேர் வர்மம். இங்கு அடிப்பட்டு வர்மம் கொண்டால் உடல் குளிர்ந்து விடும். வேர்வை உண்டாகும். இருமினால் இரத்தம் வரும். பதினெட்டு நாழிகைக்குள் இந்த வர்மத்தை இளக்க வேண்டும். அதற்கு முதலாவதாக உச்சியில் ஒரு அடி போடவும்.

போடப்பா காலமது இளகும்பாரு
அடகாம் என்ற பச்செலையை தூக்கச் செய்து
சொரிந்திடவே இந்தவர்மம் மட்டும்தட்டு
துரோகிகளைப் பாராமல் தட்டிப் போடே

போடப்பா அடவுடனே புறங்கால் கொண்டு
புத்தியுடன் முதுவரியில் தலத்தை நோக்கி
சாடப்பா சீரமெல்லாம் தடவித் தூக்கி
தண்ணீரை கொடுத்துவிடு தளர்ச்சை போகும். (22)

உச்சியில் அடிப்பட்டவுடன் வர்மம் இளகும். வெற்றிலைச் சாறு தேய்த்துத் தட்டு. பின் புறங்காலால் முதுகு வரியில் வர்மம் கொண்ட இடத்திற்கு நேராக பின்புறம் தட்டி உடம்பெல்லாம் தடவிக் கொடுத்துத் தண்ணீர் அருந்தச் கொடுத்தால் தளர்ச்சி நீங்கும். (அனுபவம் உள்ளவர்களைக் கேட்டுச் செய்யவும். புறங்காலில் முதுகெல்லாம் தடவவும் உடம்பைத் தடவிவிட்டுப் பிடித்துத் தூக்கி உட்காரவைத்துத் தண்ணீர் கொடுக்கவும் சொல்லப்பட்டுள்ளது.)

அடப்பக்காலம்

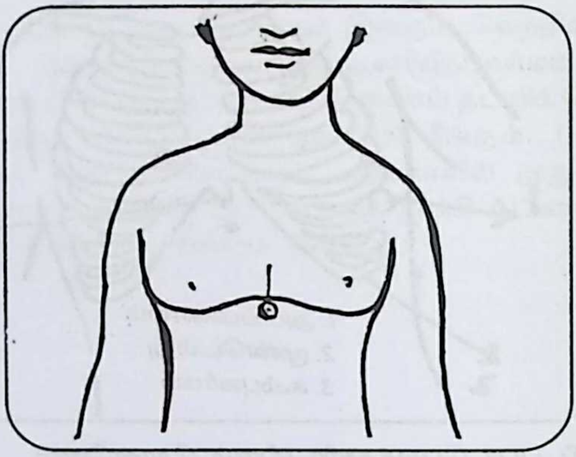


வீடப்பா பெலத்துயிர் மீளும் சொன்னேன்
வெற்றியுடன் இன்னுமொரு அடவு கேளு
ஈடப்பா முண்டெலும்பின் நாலுவிரலின் மேலாய்
இயல்திடமாம் பக்கத்தில் அடப்பக் காலம்
காலமதின் செய்குறிகள் கருதிக் கேளு
கடினமடா தளர்ச்சையுண்டாம் விழிகாணாது
கோலமென்ன காலம் வெகு மோசம் கொண்டால்
குறியான தேகமெல்லாம் முதிர்ந்து காணும்
சாலமென்ன மறுபுறத்தில் புறங்கால் கொண்டு
தட்டியே முதுகுநெஞ்சு தடவித் தாத்து
வேலையென்ன நாழிகைதான் பதினெட்டுக்குள்
வெற்றியுடன் இளகுமிஞ்சி அன்னப்பாலே. (23)

முண்டெலும்பிலிருந்து நான்கு விரற்கிடை மேலாக அடப்பக்காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் அடிபட்டு வர்மம் கொண்டால் மெய் சோர்ந்து தளர்ச்சியுண்டாகும். கண் பார்க்காது. உடம்பெல்லாம் வயதான தோற்றம் உண்டாகும். (முண்டெலும்பு என்பது விலா எலும்புகளின் அடியில் உள்ள கடைசி எலும்பு.)

இதை இளக்குவதற்கு எதிர்ப்புறத்தில் புறங்களலைக் கொண்டு ஒரு தட்டுத் தட்டி முதுகு நெஞ்சின் மேல் தடவிக் கீழே இறக்கி விடவேண்டும். பதினெட்டு நாழிகைக்குள் வர்மம் இளகிவிடும். சோற்றுக் கஞ்சியில் இஞ்சியைத் தட்டிப் போட்டு அருந்தச் செய்யவும்.

உறுமிக் காலம்



அன்னமே இன்னமொரு அடவு கேளு
　அப்பனே நேர்வர்மத் தலத்தின் கீழே
என்னவே சூட்சமாம் உறுமியென்ற காலம்
　இன்னும்பார் கண்விழிக்கும் விழி காணாது
பன்னவே மூச்சுவிட்டு இழுக்கும்போது
　பண்பான நாழிகைதான் இருபத்தேழு
இன்னுமே அதற்குமுன் இளக்கிக் கொள்ளு
　உத்தமனே இளக்குமுறை உரைக்கின்றேனே. *(24)*

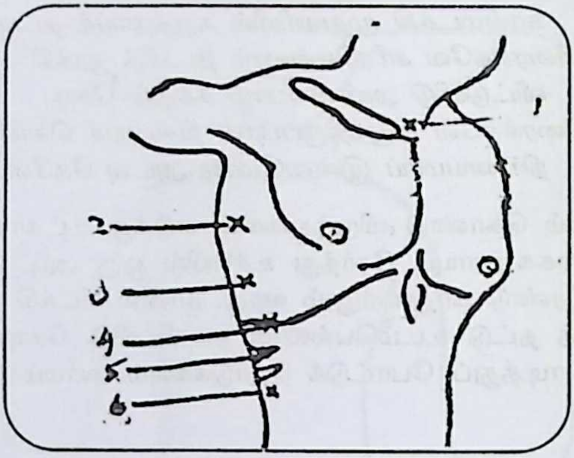
பாடவேறுபாடு:- சொன்னேன் நான் அக்குலந்தான் நாலின் கீழே
　சூட்சமடா உறுதியென்ற காலமப்பா
　பன்னவே நாழிகைதான் இருபத்தேழு
　பண்பாக இளக்குமுறை உரைக்கின்றேனே.

நேர் வர்மம் இருக்குமிடத்தின் (கழுத்தின் நடு) கீழாக (நான்கு அங்குலத்திற்கு) கீழே உறுமியென்ற காலம் உள்ளது. இங்கே வர்மம் கொண்டால் கண் விழித்துக் கொண்டிருந்த போதிலும் பார்வை இராது. மூச்சு விடக் கஷ்டமாக இருக்கும். இருபத்தேழு நாழிகை நேரத்திற்குல் இதை இளக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

உரைப்பதென்ன எடுத்திருத்திக் கையிணைத்து
உத்தமனே உச்சியிலோர் அடியும் போடு
கரைக்கவே செவியிரண்டும் சுக்கால் ஊதிக்
கால்மடக்கி முதுவரியில் கருத்தாய்த் தட்டி
விரைக்கவே சரீரமெல்லாம் தடவித் தூக்கி
விட்டுவிடு அன்னப்பால் சுக்கும் சேரு
நிரைக்கவே எழுந்திருப்பான் நிசமாய்ச் சொன்னேன்
நிர்ணயமாய் இன்னமொரு அடவு கேளே. (25)

வர்மம் கொண்டு விழுந்தவனை எடுத்து உட்கார வைத்து உன் இரண்டு கைகளையும் சேர்த்து உச்சியில் ஒரு அடி போடு. சுக்கை மென்று இரண்டு காதுகளிலும் ஊது. காலை மடக்கி முதுகு வரியில் ஒரு தட்டுத் தட்டு உடம்பெல்லாம் தடவி விடு. சோற்றுக் கஞ்சியில் சுக்குப் பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்கவும். வர்மம் இளகி எழுந்து விடுவான்.

சுருளிக் காலம்



பெரிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்

கேளப்பா விலாவின் முண் டெலும்பின் கீழே
கணிதமுடன் இருவிரலில் சுருளிக் காலம்
பாளப்பா செய்யாதே உலகத் துள்ளே
பாவமடா வலிய அத்திச் சுருக்கி என்பார்
நாளப்பா காலமது கொண்டு தானால்
நாற்பது நாளைக்குள் முழம் குறுகிப் போகும்
கேளப்பா உடம்பெல்லாம் குளிர்ச்சை கொள்ளும்
குறியான நாழிகைதான் பதினெட் டாகும். (26)

விலா முண்டெலும்புக்குக் கீழே இரு விரற்கிடை தூரத்தில் சுருளிக் காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. எலும்பைச் சுருங்கச் செய்யும் பெரிய அத்திச் சுருக்கி (அத்தி = எலும்பு) என்று சொல்வார்கள். இந்த இடத்தில் வர்மம் கொண்டால் குறுகிப் போவான். நாற்பது நாட்களுக்குள் ஒரு முழ உயரம் குறைந்து விடும் என்று சொல்வார்கள். உடம்பெல்லாம் குளிர்ந்து விடும். பதினெட்டு நாழிகை நேரத்திற்குள் இந்த வர்மத்தை இளக்க வேண்டும்.

ஆமப்பா இளக்குமுறை அறையக் கேளு
அதைத் திருத்தி மறுபுறத்தில் புறங்கால் கொண்டு
வேமப்பா தட்டொன்று தலைமேல் கையும்
விபரமுடன் அணைத்தடிக்க விசித மாகும்

போமப்பா முதுகுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
புத்தியுடன் தட்டிவிடு புதுமையாக
ஏமப்பா சேர்த்தணைத்துத் தடவும் போது
எழுந்திருப்பான் இந்த வர்மம் மெய்ப்பதாமே. (27)

பாடவேறுபாடு :- எழுந்திருப்பான் இந்த வர்மம் எல்லாம் மெய்யே.

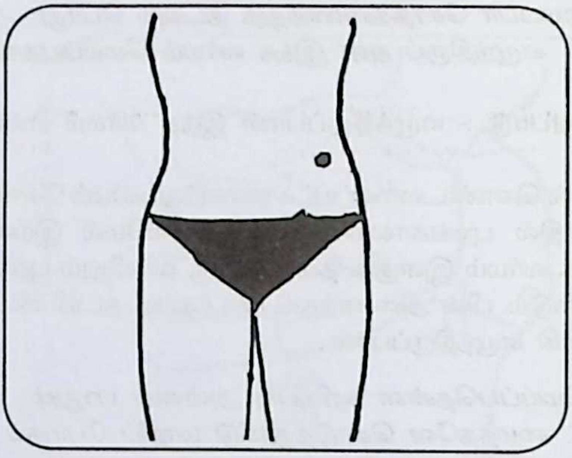
வர்மங் கொண்டவனை உட்காரவைத்து, வர்மம் கொண்ட இடத்திற்கு எதிர்ப்புறத்தில் புறங்காலால் தட்டி தலைமேல் இரண்டு கைகளும் சேர்த்தடிக்க வர்மம் இளகும். தவிர முதுகு வரியிலும் புறங்கால் கொண்டு தட்ட வேண்டும். பின் அணைத்துப் பிடித்தபடி தடவி விடவும் வேண்டும். வர்மம் இளகி எழுந்திருப்பான்.

மெய்ப்பதென்ன கறியுப்பு அன்னப் பாலும்
மைந்தனே கொடுத்துவிடு மாறிப் போகும்
எய்ப்பதென்ன இளகாவிட்டால் அடப்பக் காலம்
இசைவு சேர்த்து குறிகண்டு இளக்கு வாயே
அப்போதும் இளகாமல் இருந்து தானால்
அரியதாம் உயிர்நீங்கிப் போகும் பாரே
பொய்யறிந்து கைபாகம் செய்திட் டாலும்
போச்சுதப்பா மண்டலத்தில் யாக்கை பாழாம்
இப்புவியோர்க்கு இந்தவர்மம் செய்ய வேண்டாம்
இளக்கையிலே மண்டலத்தில் இறந்து போமே. (28)

பிறகு சோற்றுக் கஞ்சியில் உப்புப் போட்டக் கொடுக்கவும். வர்மம் இளகாமலிருந்தால் அடப்பக் காலத்திற்குச் செய்வது போல் குணம் குறிபார்த்து இளக்க முயற்சி செய். இப்படியும் இளகாமல் இருந்தால் ஆள் பிழைக்க மாட்டான் என்பதைத் தெரிந்து கொள். என்ன தான் கைபாகம் செய்தாலும் நாற்பத்தெட்டு நாளில் இறந்து போவான். அதனால் இந்த வர்மம் கொண்டவனைக் காப்பாற்ற மூயற்சி செய்ய வேண்டாம்.

1. நடுக்குழி வர்மம்
2. சுழி ஆடி
3. அடப்பக்காலம்
4. முண்டெல்லு
5. பெரிய அத்தி
6. சிறிய அத்தி

சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்



இறந்துபோம் முண்டெலும் பின் இறையோர் மூன்றில்
இசவான சிறிய அத்திச் சுருளிக் காலம்
பறந்துபோம் வலிய அத்திச் சுருளிபோலே
பாலகனே குணமதுதான் பகரக் கேளு
சிறந்தென்ன நாழிகைதான் இருபத் தேழில்
சேர்த்திருத்தி இருபுறமும் சீராய்த் தட்டி
அறிந்தென்ன முதுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
அணைத்துநீ தட்டொன்று அறிந்தி டாயே. (29)

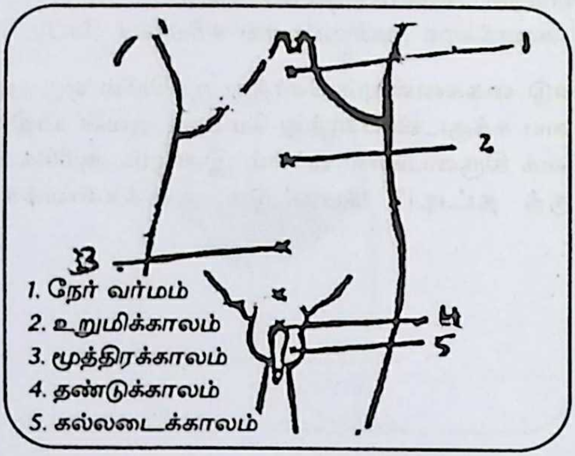
விலா எலும்புக்குக் கீழே மூன்றாவது இறையில் சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. இதன் குணம் குறிகளும் முன் கூறிய சுருளிக் காலத்திற்குச் சொன்னவையே ஆம். இந்த வர்மம் கொண்டவனை இருபத்தேழு நாழிகைக்குள் பிடித்து உட்காரவைத்து இரண்டு பக்கங்களிலும் சீராகத் தட்டிவிட்டு முதுகு வரியில் புறங்கால் கொண்டு சேர்த்துத் தட்டவும்.

அறிந்து நீ கையிணைத்துத் தலைமேல் வைத்து
ஆச்சரியம் உச்சியிலோர் அடியும் போடு
சிறந்து நீ வெற்றிலையே காதில் ஊது
சிறப்பான சுக்கதுமே வடச் சேர்த்துத்

தேர்ந்துநீ சேர்த்தெடுத்து ஊதும் போது
தெய்வக் கிருபையினால் இளகும் பாரு
கார்ந்துநீ அரிசி உரிபலமே சுக்கு
கணக்காக அன்னப்பால் சரியாய்ச் சேரே. (30)

இரண்டு கைகளையும் சேர்த்து உச்சியில் ஒரு அடியும் போடு. வெற்றிலையை சுக்குடன் சேர்த்து மென்று அவன் காதிலும் மூக்கிலும் ஊது. தெய்வக் கிருபையால் வர்மம் இளகும். அரிசிக் கஞ்சியில் ஒரு பலம் சுக்குத் தட்டிப் போட்டுக் குடிக்கவைக்கவும். குணம் கிடைக்கும்.

கல்லிடைக் காலம்



சேரப்பா அன்னப்பால் கொடுக்கும் போது
சித்திரமாய் இந்தவர்மம் இளகும் பாரு
ஆரப்பா கல்லிடையின் காலம் சொல்வேன்
ஆச்சரியம் ஆச்சரியம் இதுபோல் உண்டோ
ஊரப்பா மனிதர்க்குக் கொண்டு தானால்
உத்தமனே விதையிரண்டும் காணாதப்பா
ஒரப்பா கல்லேறும் தளர்ச்சை யாகும்
உத்தமனே சத்தங்கள் பேச ஒட்டாது
தாரப்பா காலம் முற்றும் கொண்டு தானால்
தண்டுபெலம் காணாது செத்தே போகும். *(31)*

கல்லிடைக் காலம் என்று ஒரு வர்மம். பயங்கரமான வர்மம் இது. இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்கு விரை இரண்டும் காணாமல் போய்விடும். துவண்டு போவான். பேச நா எழாது. இந்த வர்மம் முழுவதுமாகத் தாக்கியிருந்தால் உடல் நிலைக்காது. செத்தே போவான்.

போகுமென்ன நீர்பிடிக்கும் வயிறு ஊதும்
பொருந்தவே மூச்சுவிடாது உறங்கும்பாரு
சாகவே கண்டத்தில் வந்துகட்டிக் கொள்ளும்
சதை வளர்ந்து முடுக்குமடா விதை வராது

பாகமாய்க் கலசம்மூன்று அண்டைக் கட்டிப்
பத்திரமாய் ஆளொன்றைப் பிடிக்கச் சொல்லி
நோகாமல் நெற்றிதனில் ஊன்றிக் கொண்டு
நுண்மையாய் உச்சியிலோர் அடியும் போடு. (32)

உடம்பில் நீர் ஏறும். வயிறு உப்பும் மூச்சுவிட முடியாது உறங்கிக் கிடப்பான். தொண்டையில் சதை கட்டிக் கொண்டு தசை மூடிவிடும். வர்மம் கொண்டவன் இடுப்பைப் பிடித்துத் தூக்கி அடுப்புக்கூட்டுவது போல் மூன்று கலசங்களைக் கூட்டிவைத்து அதன்மேல் உட்காரவைத்து ஒரு ஆள் குனிந்திருக்கும் படி பிடித்துக் கொள்ளச் செய்து நெற்றியில் ஒரு விரலால் ஊன்றிக் கொண்டு உச்சியில் ஒரு அடிபோடவும். (இதை ஆசான் மூலம் அறிந்து செய்க.)

போடப்பா முதுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
புத்தியுடன் தட்டிவிடு புதுமை யாக
ஆடப்பா கால் தூக்கிச் சேர்த்துக் குத்து
அப்பனே கல்லிரங்கும் அதிதீரமாக
வீடப்பா விதை பிடித்துத் துணியைச் சுற்றி
வித்தகனே நீரொலிப்பாய் இருநாள் மட்டும்
நாடப்பா மந்திரத்தைச் சொல்லக் கேளு
நங், மங், சிங், ஓராயிரம் நலமாக ஓதே. (33)

முதுகு வரியில் புறங்கால் கொண்டு தட்டிவிடவும். காலைத் தூக்கிச் சேர்த்துக் குத்தவும். விரை இறங்கும். விறையின் மேல் துணியைச் சுற்றி இரண்டு நாள் இழுத்துக் கட்டி வைக்கவும். நங் - மங் - சிங் என்ற மந்திரத்தை ஓராயிரம் முறை செபிக்கவும்.

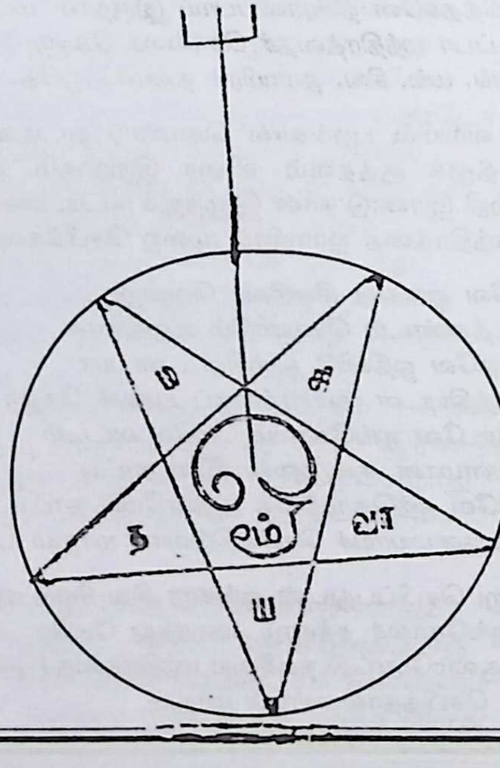
ஓதவே ஓங்கார சிவசிவா வென்று
உத்தண்டம் கொண்டும் உறுதியாக
போதவே ஓதிவிடு நூற்றெட் டையா
புத்தியுடன் அச்சரத்தைப் புகலக் கேளு
வாதுடனே ஐங்கோலம் மேலே வட்டம்
வளமான சூல்முனை நீயே நாட்டி
ஊதவே ஐந்தெழுத்தை அதன்மேல் நாட்டி
அருமையாய்ச் செபித்திடுவாய் மாறும் பாரே. (34)

அவ்வாறு செபிப்பதுடன் ஓங்கார சிவ சிவா என்று நூற்றெட்டு முறை ஓதி, ஐங்கோலச் சக்கரம் வரைந்து மேலே வட்டம் போட்டு, முனைகளில் சூலம்போட்டு நமசிவய மந்திரத்தைச் சக்கரத்தில் எழுதிப் பூஜை செய்து செபித்தால் வர்மம் மாறும்.

படுவர்மம் 12-ம் முடிவு

பாரப்பா படுவர்மம் பன்னிரண்டும்
பாலகனே கைபாகப் படியே சொன்னேன்
ஊரப்பா அடக்கமென்ற காலந் தன்னை
உத்தமனே உனக்கறிய உரைப்பே னப்பா
ஆரப்பா வானாலும் காலங் கொண்டால்
அப்பனே கொண்டதலம் குளிர்ந்து காணும்
வேரப்பா சோதனையைப் பார்த்துக் கொண்டு
வித்தகனே திரைவளைந்து இளக்கு வாயே. *(35)*

இத்துடன் படுவர்மம் பனிரெண்டும் முற்றுப் பெற்றது. அவைபற்றி கைபாகத்துடன் விவரமாகக் வறிவிட்டேன். யாராக இருந்தாலும் வர்ம அடி கொண்டு விட்டால் அடிபட்ட இடம் குளிர்ந்து காணும். அதைச் சோதித்துப் பார்த்துக் கொண்டு முறைப்படி இளகச் செய்வாயாக.



வல்லாரை

வாயமென்ன இளகாத காலத் திற்கு
மாத்திரைதாள் ஏகமூலி மாயோன் மாயோன்
ஆயமென்ன கருமுடிப்புக் கதிக மூலி
அப்பனே ஆத்துவல்லாரை தானே யாரும்
நேயமாய்ச் சாறுடிழிந்து தாக்கும் போது
நாயகனே வர்மமெல்லாம் இளகும் பாரு
தாயென்ற தட்டுமுறை சாற்றக் கேளு
சார்ந்தவுடல் சேர்த்துரண்டு துடையும் கூட்டே. *(36)*

இந்தப் பாடல் சில பிரதிகளில் கீழே உள்ளபடி காணப்படுகிறது.

வாயமென்ன இளகாத காலத்துக்கு
மாத்திரைதான் செகமூலி மாயோன் மாயோன்
ஆயமென்ன குருமுடிப் பாகத்தி மூலி
அப்பனே நீயறிவாய் தாளியாகும்
ஞாயமென்ன சாறுபுழிந்து தருகும் போதுதானே
கற்றனன் கண்டத்தின் மேலேயுள்ள
கடினமுள்ள காலமது மூன்றேயப்பா
என்றனன் இதற்கு ஓதால் பூச்சமோகோ
இடமறிந்து காலமதில் செய்யாவிட்டால்
கற்ற நூல்யாவும் பாழாய் போகும். *(36)*

வர்மம் இளகாதிருந்தால் அதை இளகச் செய்வதற்கு ஒரே வழிதான் உள்ளது. ஒரே மூலி. மாயவனாகிய விஷ்ணு ்பகவானுக்கு ஒப்பான மூலி. குரு முடிப்புக்கு அதிகமான ஆற்றல் மிகுந்த மூலி. ஆற்றோரங்களில் படர்ந்து காணப்படும் வல்லாரை என்ற மூலி. அதைப் பிடுங்கி வந்து சாறு பிழிந்து கொடுத்தால் எப்பேர்பட்ட வர்மமும் இளகிவிடும். மூலிகைச் சாறு உள்ளுக்குக் கொடுத்து,

ஞாயமென்ன சார்புழிந்து தடவும்போது
ஏற்கனவே வர்மமெல்லாம் இளகும்பாரு
தாயமென்ன தட்டுமுறை சாற்றக் கேளு
சார்ந்த உடல் சேர்த்து ரெண்டு துடையுங் கூட்டி

கூடியே எடுத்திருத்தி குத்தும்போது
குணமாக உச்சியிலோர் அடியும் போடே
கூடியே செவி இரண்டும் சுக்கால் ஊதே
கால்மடக்கி முதுவரியில் கருத்தாய்தட்டே. (37)

வல்லாரைச் சாற்றை மேலேயும் தடவி, வர்மம் கொண்டவனை இரண்டு துடைகளும் சேர்ந்திருக்கும் படியாக உட்கார வைத்து முதுகில் குத்து. உச்சியில் ஒரு அடியும் போடு. இரண்டு காதுகளிலும் சுக்கை மென்று ஊது. காலை மடக்கி முதுகுவரியில் தட்டு.

இந்தப் பாடலுக்குப் பதிலாக சில பிரதிகளில் பின்வரும் பாடல் காணப்படுகிறது.

கூட்டியே எடுத்திருத்திக் குத்தும் போது
குணமாக உச்சியிலோர் அடியும் போடு
காட்டியே செவியிரண்டும் சுக்கால்ஊதிக்
கால்மடக்கி முதுவரியில் கருத்தாய்த் தட்டி
நாட்டியே சேர்த்து முன்போல் ஒன்று குத்தி
நலம் பெறவே கைகாலும் தடவி ஐயா
பாட்டிலே சொன்னதொன்றும் விட்டி டாதே
பலம் பெறவே எல்லையடா அடக்கக் காலம்.

மறுபடியும் குத்தி முதுகு வரியில் தடவிவிட்டு கைகால்களையும் தடவிவிடவும்.

அம்பிகை வழிகாட்டுவாள்

காலமென்றால் கைபாகம் அறிய வேணும்
கடுந்தாக்கல் செய்கையிலே திடமும் வேணும்
பாலம்போல் நூற்றுக்குள் பாடி வைத்தேன்
பலனுள்ளிப் பன்னிரண்டுத் தலமு மையா
ஆலமுண்ட கண்டருட அருளைப் போற்றி
அறிவுரைத்தோம் பூரணமாய் எவ்வு யிர்க்கும்
கோலமொன்றும் இல்லையடா குருவின் பாதம்
கும்பிட்டால் அம்பிகையும் குறியைச் சொல்வாள். (38)

உன் செயலில் உறுதியும் நம்பிக்கையும் வேண்டும். கைபாகம் தவறாமல் செய்ய வேண்டும். படுவர்மம் பனிரெண்டும் பற்றி நூறுபாடல் கொண்ட இந்த் நூலில் முதன்மையாகக் கூறிவைத்தேன். எல்லா உயிர்களுக்கும் நன்மையுண்டாக வேண்டுமென்ற எண்ணத்தால் ஆலமுண்ட கண்டராகிய சிவபெருமான் அருளைப்போற்றி உரை செய்தேன். குருவின் பாதத்தை வணங்கு நீ செயலில் இறங்கும் போது எவ்வுயிர்க்கும் தாயாகிய அம்பிகையே உனக்கு வழி காட்டுவாள்.

தட்டு வர்மம் எட்டு

குறியான தட்டுவர்மம் எட்டே யாகும்
குருவினடி பணிந்தாக்கால் இந்நூல் வாய்க்கும்
அறிவுடைய பிள்ளைகளே இந்தச் செய்தி
ஆர் சொல்வார் ஆனாலும் சத்தியம் தானே
நெறியுடையோன் ஆனாக்கால் இந்நூல் வாய்க்கும்
நிச்சயமாய்க் காலமுச்சி கொண்டு தானால்
பரிவுடனே நாழிகைதான் பார்க்க வேண்டும்
பேய்மக்காள் கிரகம்விட்டால் உயிரும் போச்சே. (39)

பாட வேறுபாடு :- 2வது வரி குருவினடி பணிந்து நூல் வாசிக்கும்.
5வது வரி நெறியுடையோன் நின்றாக்கால் வாசிவாசி.
8வது வரி பேய் மக்காள் சீற்றம் விட்டால் உயிரும் போச்சே.

தட்டு வர்மங்கள் எட்டு உள்ளன. இவற்றைப் பற்றி யெல்லாம் சும்மா தெரிந்து கொள்ள முடியாது. குருவின் அடி பணிந்து தொழுது

நின்றாவே இந்த நூல் கிடைக்கும். அதே போல் நல்ல நெறி உடையவனுக்கு மட்டுமே கிடைக்கும்.

இந்நூலாசிரியர் தட்டுவர்மம் எட்டு பற்றி விபரம் எதுவும் கூறவில்லை.

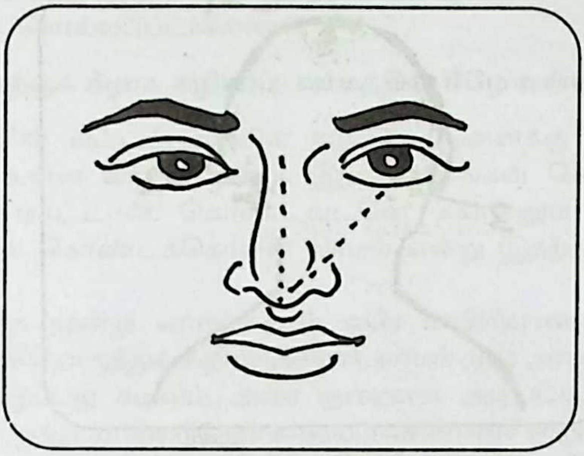
உச்சந் தலையில் வர்ம அடிபட்டால் அவன் பிழைப்பானா மாட்டானா என்பதைக் கிரகநிலை கொண்டு பார்த்துத்தான் அறிய வேண்டும். (அவ்வளவு மோசமான வர்மம் அது)

எண்ணெய் குளிகை வகை

போச்சப்பா எண்ணெயோடு குளிகை நெய்யும்
பொருந்தவே கழாயமோடு தைலம் வைத்து
ஆச்சப்பா கைமுறையும் செய்முறையும் சொன்னேன்
ஆனதினால் குருமுறையை அடக்கம் சொன்னேன்
பேச்சப்பா இந்நூலின் பெருமை யெல்லாம்
பேர்கொண்ட சித்தரெல்லாம் சொல்லார் சொல்லார்
மூச்சப்பா நாதவிந்தே ஆதி பீடம்
முறை அறிந்தோர் வர்மானி முழுதும் காண்பார். (40)

வர்மத்தை இயக்குவதற்குரிய எண்ணெய், குளிகை, நெய், கஷாயம், தைலம், முதலியவை செய்வதற்குக் கைபாகம் செய்பாகம் எல்லாவற்றையும் இனி விபரமாகச் சொல்கிறேன். நூலின் பெருமையைச் சொல்ல முடியாது. பெரிய பெரிய சித்தர்கள் கூடச் சொல்லமாட்டார்கள். அவர்கள் சொல்லிக் கொடுக்க முன் வராத இரகசியங்களை வர்மக் கலையை, நன்குணர்ந்த ஆசான் - வர்மானி மட்டுமே அறிவார்.

மூக்குமையம்



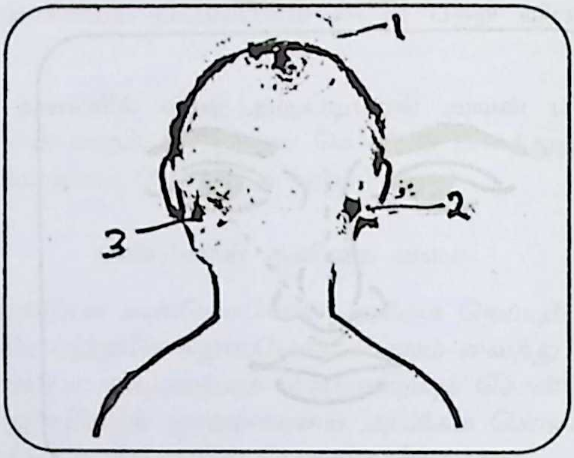
காணவே மூக்குநடு மையத் துள்ளே
கலங்கவே அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
தோணவே விழிமயங்கி ஒளிதான் போகும்
சோர்ந்துவுடல் தளர்ச்சையாகும் துட்டர்க்காகும்
பேணவே தொடுவர்ம அருமை தன்னைப்
பித்தர்கள் சத்தியமாய்ப் பேசக் கேளாய்
நாணவே உச்சிதனில் குழியோ ரத்தில்
நன்றான அடியிடிகள் நாசந் தானே. (41)

மூக்கில் நடுமையத்தில் அடி இடி கொண்டால் கண் பளிச்சிட்டு ஒளி மறைந்துவிடும். உடல் தளர்ந்து போகும்.

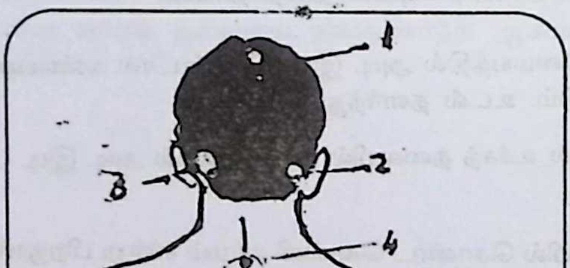
இதே போல் உச்சந் தலையில் குழி ஓரத்தில் அடி இடி பட்டால் உயிர் நாசமாகும்.

உச்சந்தலையில் கொண்ட கொல்லி வர்மம் என்று பிறநூல்களின் பெயர். கூறப்பட்டுள்ளது. அதாவது கொண்டால் கொன்றுவிடும். வர்மத்தில் அடிபட்டால் உடனே மரணம்.

மூன்று வர்மங்கள்



நாசமாம் புறந்தலையில் செவிநேர் பற்றி
 நன்றான பெருநரம்பில் கால மொன்று
தோசமில்லை சுளியாடி வர்மத் தின்கீழ்
 சொல்லுகிறேன் சூட்சமொன்று பேசக்கேளு
பேசக்கேளு சிரசுவட்டம் ஓட்டை தன்னில்
 பிரமாண்ட மானதொரு மூளை தன்னில்
பேசக்கேளு விரணம்வரில் பிழையா தென்று
 போகர் சொன்ன மொழி யான்கற் றேனே. (42)



காதுக்கு நேராக பின் தலையில் பெரு நரம்பின்மேல் அமைந்துள்ளது ஒரு வர்மம். இதற்குப் பொற்சை வர்மம் என்று பெயர். (பாடலில் சொல்லப்படவில்லை)

அதற்குக் கீழாக சுழியாடி வர்மத்தின் கீழே உள்ள வர்மம் ஒன்று.

சிரசின் வட்டப்பகுதியின் நடுவில் (மூளைக்கு மேலாக உள்ள ஓட்டில், உள்ள வர்மம் ஒன்று. இந்த வர்மங்கள் கொண்டால் ஆள் பிழைக்க மாட்டாள். கொண்டவுடனே கொல்லும் தன்மையுடைய தாகையால் கொண்டக்கொல்லி வர்மம் என்று இதற்குப் பெயர்.

இந்த மூன்று வர்மங்களும் ஒரே மாதிரியானவை ஆகையால் ஒன்றாகவே தொகுத்துக் கூறியிருக்கிறார். வர்மம் முழு அளவில் கொண்டால் ஆள் பிழைப்பது கடினம். அரை குறையாக அடிபட்டிருந்தால் தைலம் தேய்த்தும், ஒத்தடம் கொடுத்தும் கஷாயம் வல்லாரைச் சாறு போன்றவற்றைக் கொடுத்தும் காப்பாற்ற முயற்சி செய்யலாம்.

கற்றேன்நான் கண்டத்தின் மேலே உள்ள
கடிதான காலமது மூன்றும் போக
உற்றேன்நான் இதற்கெண்ணெய் ஒத்தல் பூச்சு
ஒகோ இடமறிந்து செய்யா விட்டால்
கற்றநூல் அத்தனையும் பாழாய்ப் போச்சு
கருத்துடனே மருந்து செய்தால் காணா தொன்றும்
பேறுபெற் றவர்க்கிந் நூல் கிட்டு மப்பா
பேசுகிறேன் தொடுவர்மம் பேர் சொல் வேனே. (43)

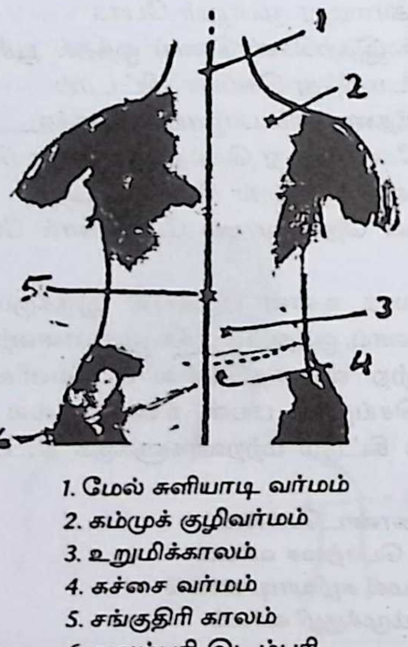
கழுத்துக்கு மேலாக உள்ள பகுதியில் இருக்கும் இந்த மூன்று வர்மங்களுக்கும் எண்ணெய், ஒத்தடம், பூச்சு, முதலானவற்றை இடமறிந்து செய்யாவிட்டால் நீகற்ற வித்தையெல்லாம் பயனில்லை. ஆனால் கருத்துடன் மருந்து செய்தால் பயன் உண்டு. நல்ல வினைப்பயன் உள்ளவர்க்கே இந்நூல் கிட்டும் மற்றவர்களுக்குக் கிட்டாது.

1. கொண்டகொல்லி
2. 3. பொற்சை வர்மம்
4. மேல் சுழியாடி வர்மம்
5. கம்முக்குழி வர்மம்

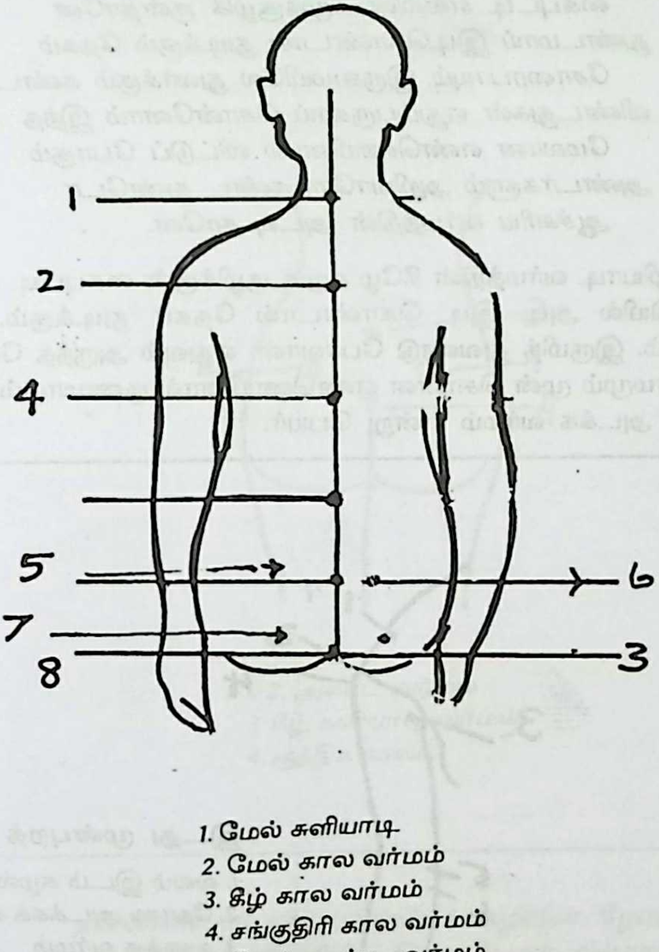
கழுத்து முதல் புட்டம் வரை உள்ள வர்மங்கள்

பேரென்ன முதுவரியில் புட்டி யின்மேல்
பேர்கொண்ட வர்மமெல்லாம் பேசக்கேளு
தூரென்ன சுளியாடி வர்மத் தின்கீழ்
சூட்சமடா வலதுப்புறம் சொல்லக் கேளு
ஆரென்ன கைபுட்டி எல்லின் மேலே
அருகுபற்றி இடிகொண்டால் ஆறுநாளில்
சீரென்ன கைவிளங்கா இருமல் தோன்றும்
திருமேனி எண்ணெயினால் தீருங் கண்டாய். (44)

முதுகுப்பக்கம் புட்டத்திற்கு மேலாக உள்ள வர்மங்களைக் கூறுவேன். கேட்பாயாக சுழியாடி வர்மத்தின் கீழ் வலதுபக்கம் கைபுட்டி எலும்பின்மேல் அடி இடி கொண்டால் ஆறு நாட்களில் கை விளங்காமல் போகும். இருமல் உண்டாகும். இந்த வர்மம் திருமேனி எண்ணெயினால் தீரும்.



1. மேல் சுளியாடி வர்மம்
2. கம்முக் குழிவர்மம்
3. உறுமிக்காலம்
4. கச்சை வர்மம்
5. சங்குதிரி காலம்
6. வலம்புரி இடம்புரி

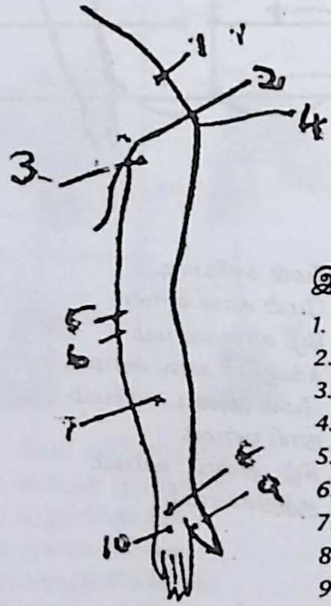


1. மேல் சுளியாடி
2. மேல் கால வர்மம்
3. கீழ் கால வர்மம்
4. சங்குதிரி கால வர்மம்
5. மேல் அண்ட வர்மம்
6. நாய் வர்மம்
7. கீழ் அண்ட வர்மம்
8. குத்திக்காலம்

கமுக்குழியில்

கண்டாலே சுளியாடி வர்மத் தின்கீழ்க்
கைபுட்டி எல்லின் கமுக்குழிக் குள்தானே
துண்டமாய் இடிகொண்டால் துடிக்கும் தேகம்
சோரைபாயும் இருமையிலே துவர்க்கும் கண்டாய்
விண்டதுகள் ஏதும்பருகாய் சொன்னோம் இந்த
மேலான எண்ணெயினால் விட்டுப் போகும்
அண்டர்களும் அறிவாரோ கண்ட துண்டோ
ஆச்சரிய வர்மத்தின் அடவு தானே. (45)

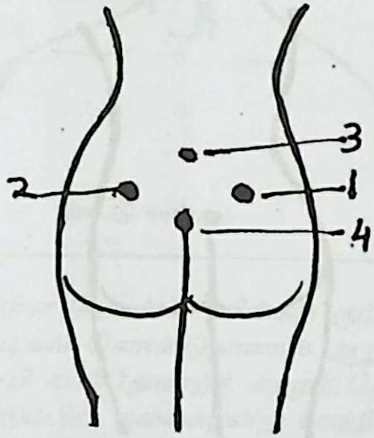
சுழியாடி வர்மத்தின் கீழே கமுக் குழிக்குள் கைபுட்டி எலும்பின் உட்பகுதியில் அடி இடி கொண்டால் தேகம் துடிக்கும். இரத்தம் கொட்டும். இருமித் துவண்டு போவான். எதுவும் அருந்த வேண்டாம். இந்த வர்மமும் முன் சொன்ன எண்ணெயினால் குணமாகும். இதற்குத் தள்ளை அடக்க வர்மம் என்று பெயர்.



இடது முன்புறத் தோற்றம்

1. வலம் இடம் சுழல் வர்மம்
2. தோஷ அடக்கக் காலம்
3. சுளுக்கு வர்மம்
4. புயவர்மம்
5. மூட்டு வர்மம்
6. முழி வர்மம்
7. முன்கை வர்மம்
8. துதிக்கை வர்மம்
9. தட்சணைக் காலம்
10. உள்ளங்கை வர்மம்

சுழியாடியின் கீழ்

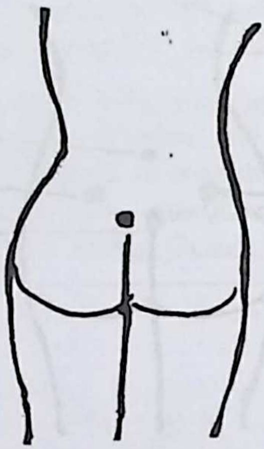


1. 2. அண்ட வர்மம்
3. கீழ் சுளியாடி வர்மம்
4. குத்திக் காலம்

தன்னைப்பார் புட்டியின்மேல் சுழியின் கீழாய்த்
தாக்கடா நடுவரியில் இறையொன் றில்தான்
பின்னேபார் இருவாரத் துள்ளே மைந்தா
பேசரிது சயநோய் பின் சுரமுண்டாகும்
முன்னேதான் முதுவரி கீழ் புட்டிபற்றி
மூர்க்கமுடன் இடிகொண்டால் முடவ னாவான்
என்னதான் இதற்கெல்லாம் எண்ணெய் வைக்க
இயம்புகின்றேன் பின்னாலே இதற்கும் மைந்தா. (46)

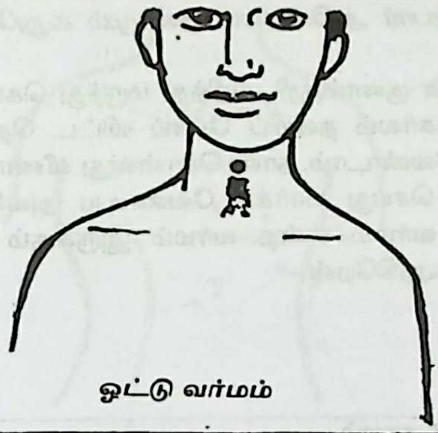
புட்டத்திற்கு மேலாக முது கெலும்பின் நடுவரியில் அடிகொண்டால் இரண்டு வாரத்திற்குள் ஈழை, இருமல், சயநோய் உண்டாகும். பிறகு சுரம் உண்டாகும்.

புட்டபாகத்தைச் சேர்ந்தாற் போல் உள்ள எலும்பில் அடிகொண்டால் அடிபட்டவன் முடவனாவான். இதற்கும் எண்ணெய் வைக்கும் முறைகளைப் பின்னர்க் கூறுகிறேன்.



புட்டிக் காலம்

தொண்டையின் கீழ்



ஒட்டு வர்மம்

ஆர்க்குமுள்ள தொண்டையின்கீழ் கும்பின் மேலாய்
அடியிடிகள் கொண்டுதானால் ஆறு நாளில்
வாய்க்குளறி கபம்தோன்றிச் சுரமும் தோன்றும்
மயங்கிடும்பின் தலைசுழன்று வாந்தி யுண்டாம்
பார்க்குமுன்னே நாக்குளறி மரண முண்டாம்
பண்டிதரும் கைவிடுவார் வபாரம் என்பார்
வாக்குடனே நாக்குளராது இருந்து தானால்
மருந்து செய்ய எவ்வுயிரும் மாளா தென்றேன். (47)

தொண்டைக்கும் கீழே கும்பு எலும்பின் மேலாக அடி இடிகள் கொண்டால் வாய் குளறும். கபமும் சுரமும் உண்டாகும். மயக்கம் வரும். தலை சுற்றி வாந்தி உண்டாகும். வைத்தியம் பண்ணத் தொடங்குவதற்கு முன்பே இறந்து போவான். வைத்தியர்கள் இதனால் பார்க்கவும் மாட்டார்கள். ஆனால் நாக்குளறாமல் இருந்தால் மருந்து செய்து கொடுக்கலாம். உயிர் பிழைப்பான்.

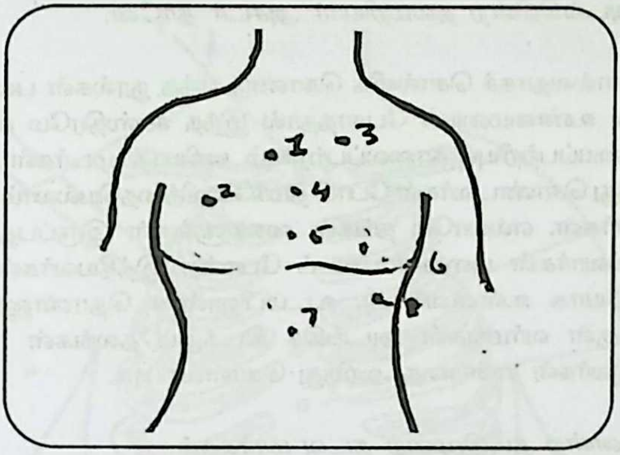
மாளாது மாத்திரைதான் கடந்து தானால்
மைந்தனே கண்டறிநீ மருந்தீயாதே
தாளாத துஷ்டருக்காய் என்று இந்த
சத்தியமாம் வர்மானி சாற்றி னோம்நாம்

பாளான சொல்லொன்றும் சொல்ல வில்லை
பரிட்சையாம் என்று சொல்லிப் பாடவில்லை
கோளான எட்டுமுக வர்மந் தன்னைக்
கூர்ந்துபார் அதின்தலம் குணமும் கூறுவேன். (48)

நோயாளியின் குணம்குறி அறிந்து மருந்து கொடுக்க வேண்டும். மாத்திரை கடந்து காலம் தவறிப் போய் விட்ட தென்று தெரிந்தால் மருந்து கொடுக்க வேண்டாம். நான் சொன்னது வீணான சொல் அல்ல. அதைப் பரீட்சை செய்து பார்க்க வேண்டிய அவசியமும் இல்லை. இனி எட்டு முக வர்மம் என்ற வர்மம் இருக்கும் இடமும் அதன் குணமும் பற்றிக் கூறுகிறேன்.

1. கைகெட்டிக் காலம்
2. சரதி வர்மம்
3. திவளைக் காலம்
4. கதிர் வர்மம்
5. கதிர் காம வர்மம்
6. அனுமான் காலம்
7. உறுமிக் காலம்
8. எட்டெலும்புக் காலம்

காலம் - ஆறு



கூறக்கேள் மார்பிலிரு விரலின் மேலாய்
கூனெலும்பின் இடைபற்றிக் கொண்ட வர்மம்
மாறக்கேள் வெள்ளீரல் சோரைப் பற்றி
மதியான ரவிமீறி அழலாய் மாறி
வாறுகேள் அக்கினியால் சுரமும் தோன்றி
மந்தமுடன் மல்லாந்து கிடக்கொட்டாது
வேறுகேள் இப்படியே திசையெட் டுக்கும்
மைந்தனே வர்மமெட்டின் மெய்சொல் வேனே. (49)

மார்பின் இரண்டு விரற்கிடை மேலாகக் கூன் எலும்பின் இடையில் கொண்ட வர்மம் - வெள்ளீரலில் இரத்தம்பற்றிக் கொள்ளச் செய்யும். உடல் வெப்பம் மீறும் சூரியனைப் போல் காயும். மல்லாந்து படுக்கவும் விடாது. இப்படிப்பட்ட எட்டு வர்மங்களைப் பற்றிய உண்மைகளை மட்டுமே கூறுவேன்.

மெய்யென்று சொல்லிவைத்த நூல்கள்மெத்த
வீணாகப் போச்சுதிந்த வித்தை யெல்லாம்
கையென்றும் காலென்றும் அறியா மூடர்
கற்றவர்போல் வித்தையெல்லாம் கைக்குள் என்பார்

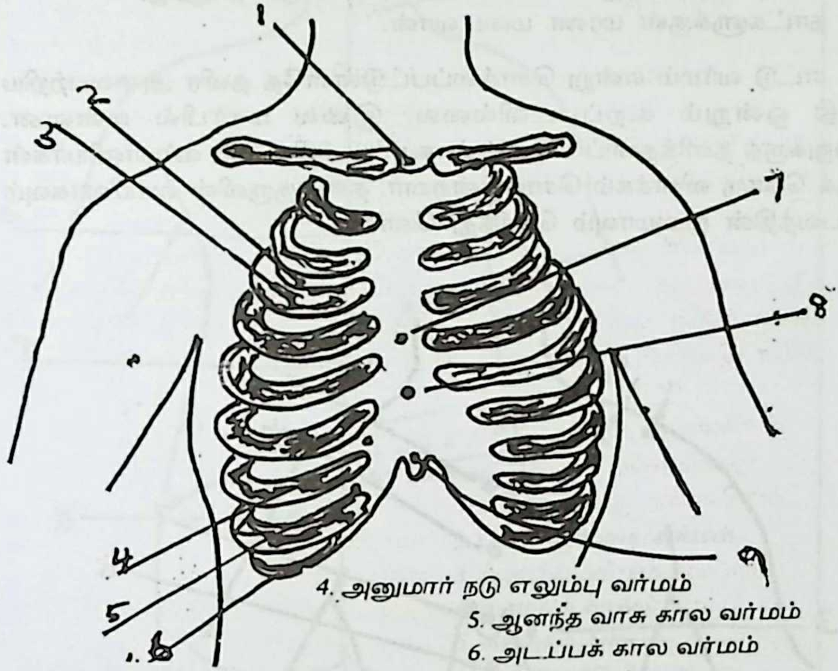
பொய்சொல்லி வயிற் பிழைக்கும் புலையர் கூட்டம்
பொறியறிந்தேன் என்று சொல்லிப் பொருள்தா வென்பார்
ஐயையோ கருவிதொண்ணூற் றாறுக் குள்ளே
அடங்கிநின்ற தலமறியார் அசடர் தானே. (50)

மெய் சொல்வதாகச் சொல்லிக் கொண்டு வந்த நூல்கள் பல உண்டு. ஆனால் அவை உண்மையைப் பேசாததால் இந்த சாஸ்திரமே வீணாகப் போயிற்று கையைப்பற்றியும் காலைப்பற்றியும் அறியாத மூடர்கள் எல்லாம் ரொம்பத் தெரிந்து கொண்டவர்கள் போல் தமக்கே வித்தையெல்லாம் தெரியும் என்று பேசுவார்கள். எல்லாமே தங்கள் கைகளுக்குள் இருப்பது போல் ஆரவாரம் செய்வார்கள் புலையர்களைப் போன்ற இத்தீயவர்கள் பணம் பறிப்பதே குறியாக உள்ளவர்கள். உடம்பிலுள்ள தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களுக்குள் வர்மங்கள் அடங்கிக் கிடக்கும் தலங்கள் அறியாத அசடர்களே இவர்கள் என்பதை அறிந்து கொள்வாயாக.

தானென்ற தட்டுமுறை தடவு மார்க்கம்
தலங்கண்டு இருத்துமுறை சமாதா னங்கள்
வானென்ற ஒடிமுறிவு அடிகள் கொண்டால்
வகைவகையாய்க் கைபாகம் அறிய வேணும்
கோனென்ற என்குருவின் தாள்ப ணிந்து
கூறுவேன் அடக்கத்தின் கூறுகள் நாடி
ஏனென்ற எட்டுவர்மமும் மார்பி லையா
இடையேயிரு விரல கலத்தில் எதுவா னாலும். (51)

தட்டுகின்ற முறை. தடவிவிடும் முறைகள். குறிப்பாக இந்த இடம் தான் என்பதை அறிந்து நிறுத்துகின்ற முறை. அதற்குச் செய்ய வேண்டிய சமாதானங்கள். எலும்பு ஒடிந்து அல்லது முறிந்து போகத்தக்க விதமாக அடிகள் கொண்டால் அதற்குச் செய்ய வேண்டிய கைபாகம், இவற்றையெல்லாம் என் குருவின் தாள் பணிந்து கூறுவேன். அடக்கத்தின் கூறுகளை ஆராயுமிடத்து மார்பில் எட்டு வர்மஸ்தானங்கள் இரண்டு விரற்கடை இடைவெளிக் கொன்றாக உள்ளன.

மார்பில் எட்டு வர்மங்கள்



4. அனுமார் நடு எலும்பு வர்மம்
5. ஆனந்த வாசு கால வர்மம்
6. அடப்பக் கால வர்மம்
7. கதிர் வர்மம்
8. கதிர் காம வர்மம்
9 கூம்பு வர்மம்

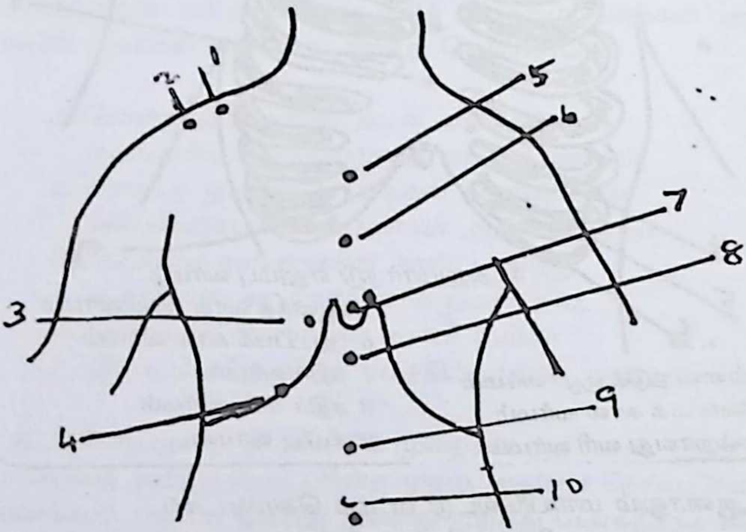
1. தள்ளல் நடுக் குழி வர்மம்
2. திவல...க் கால வர்மம்
3. மூன்றாவது வரி வர்மம்

ஆனாலும் மார்பிலெட்டு வர்மம் கொண்டால்
அடவான விசைநரம்பு குளிர்ந்து காணும்
மானேகேள் உறுப்பெல்லாம் உளைச்சல் சோம்பல்
மகத்தான வர்மநிலை களெல்லாம் துடிக்கும்
வானமுதே அன்னங்கள் செலவொட் டாது
அன்றுமுதல் தேகமெல்லாம் உலர்ந்து போகும்
தானேதான் சயரோகம் வந்து சேரும்
நானூறு நாளையிலே தேகம் போமே. (52)

பாட வேறுபாடு :- தானூறு நாளையிலே தேகம் ஏது மார்பில் வர்மம் கொண்டால் (எட்டுவர் மங்களில் எது கொண்டாலும்) விசை

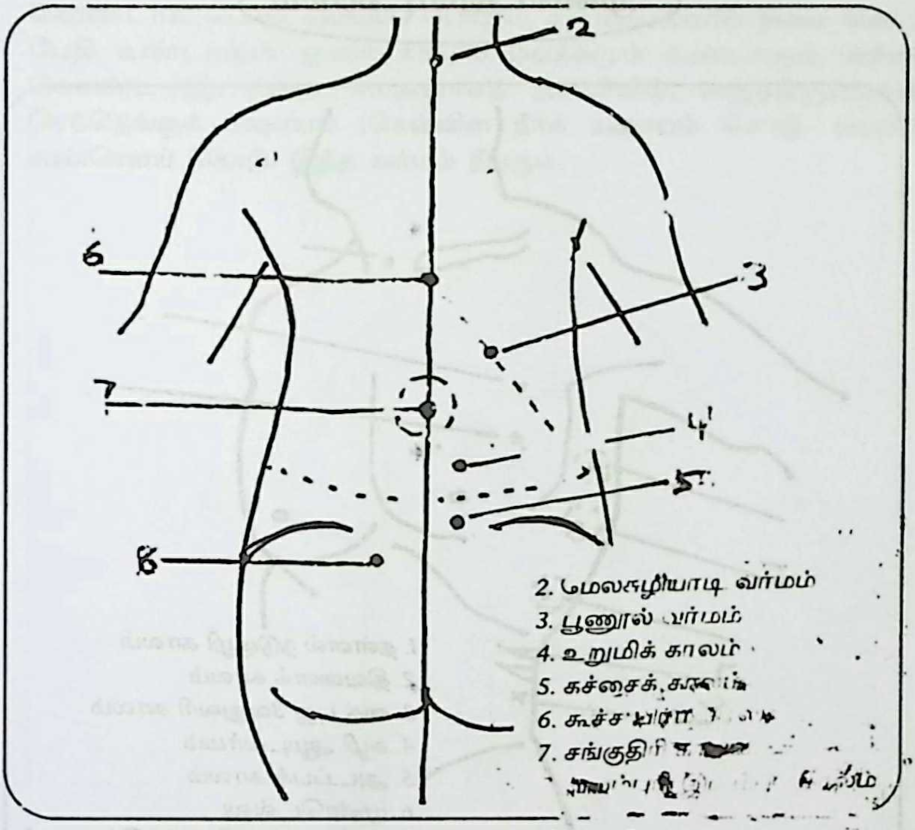
நரம்பு குளிர்ந்து போகும். உடம்பெல்லாம் உளைச்சல் சோம்பல் உண்டாகும். உடம்பில் உள்ள வர்மஸ்தானங்கள் எல்லாம் துடிக்கும் உணவு இறங்காது. வர்மம் கொண்டநாளிலிருந்து உடல் உலரத் தொடங்கும். சயரோகம் உண்டாகும் நானூறு நாட்களுக்குள் மரண மடைவான்.

எட்டு வர்மம் என்று சொல்லப்பட்டுள்ளதே தவிர அவைபற்றிய செய்தி ஒன்றும் கூறப்படவில்லை. இவை மார்பில் உள்ளன. இவற்றுக்குத் தனித்தனிப் பெயர்கள் கூறப்படவில்லை. வர்மானியர்கள் ஆளுக் கொரு விளக்கம் சொல்கின்றனர். தக்க குருவின் வாயிலாகவும் அனுபவத்தின் மூலமாவும் தெரிந்து கொள்க.



1. கல்லடைக் காலம்
2. காக்கட்டைக் காலம்
3. விதனுமான காலம்
4. ஆனந்த வாசு காலம்
5. கதிர் காலம்
6. கதிர் காம காலம்
7. கூம்பு வர்மம்
8. நேர் வர்மம்
9. உறுமிக் காலம்
10. ஆமக்காலம்

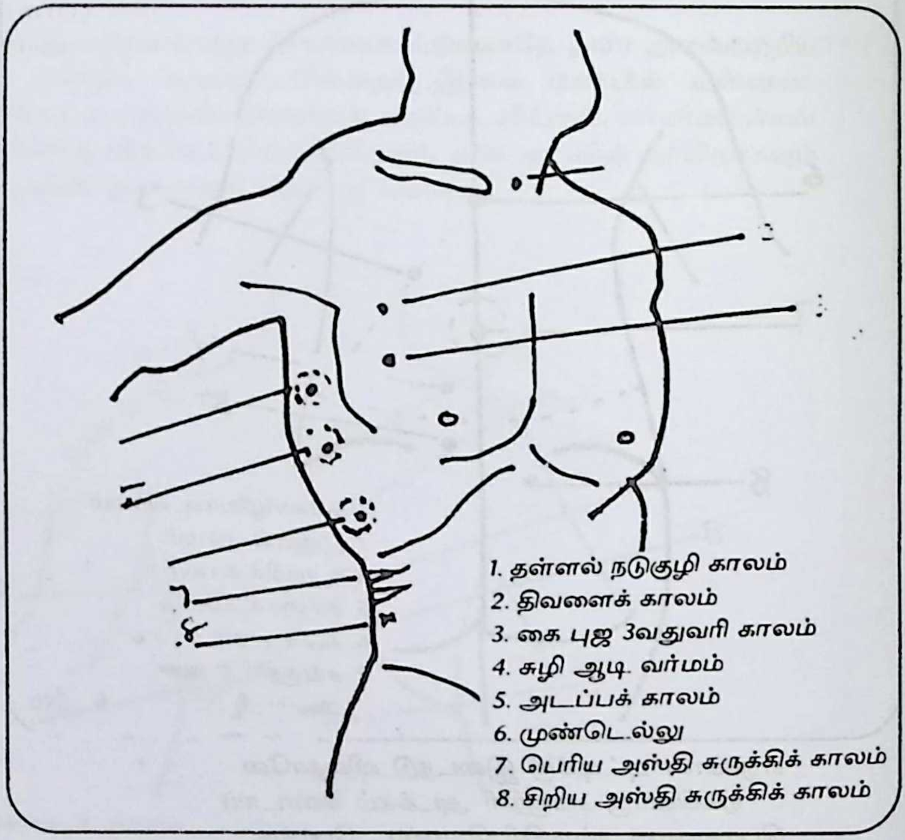
சங்குதிரி வர்மம்



எதுவான புட்டிக்கு இடைநடு வில்தானே
ஏகனொரு சங்குதிரி அடக்கம் கண்டாய்
பொதுவான சங்குதிரி கொண்ட பேர்க்கு
பொங்கமுடன் நீர்பிடிக்கும் மலம் போகாது
மெதுவான கால்முடங்கல் உளைச்சல் சோம்பல்
கெணிதமுடன் நிமிரவொண்ணா வளைவு மாகும்
சதுவான திருமேனி எண்ணெய் வைத்துத்
தாக்கடா இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும். (53)

புட்டத்திற்கு நடுவில் சங்குதிரி வர்மம் கொண்டவன் உடம்ப தண்ணீர் ஏறும். நீர் இறங்காது. மலமும் போகாது. கால்களை முடக்கும். கை கால் உளைச்சல். சோர்வு உண்டாகும். நிமிர முடியாதபடி வளைந்து க்குப் நிலையும் உண்டாகும். இந்த வர்மம் திருமேனி எண்ணெயினால் குணமாகும்

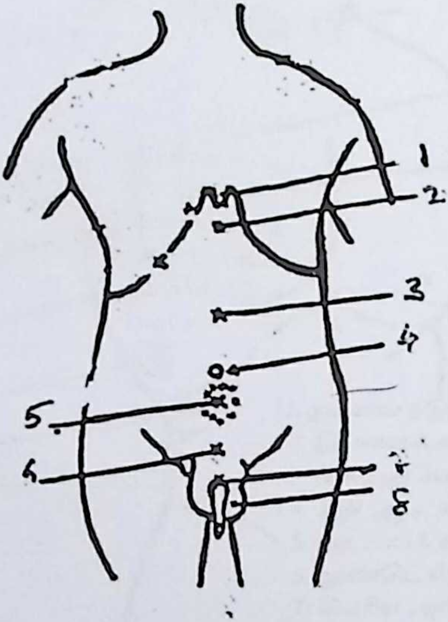
முண்டெலும்பு வர்மம்



போகுமப்பா சுருக்கியின் மேல் மூவி ரனுக்குள்
பொறிகலங்க முண்டெல்லில் வர்மம் கொண்டால்
ஆகுமப்பா அகங்கலங்கிப் பேதி தள்ளும்
அப்பனே குளிர் சுரமும் மயக்கமு மாகும்
ஏகுமப்பா அடக்கத்தை மெள்ளத் தடவு
எழுந்திருப்பான் செந்தெங்குக் கழாயம் தாக்கு
ஆகுமப்பா சுவாதி எண்ணெய் தாக்கு
அப்பனே இந்தவர்மம் அடங்கத் தீரும். (54)

விலா எலும்புகளின் பகுதியில் உள்ள சுருக்கிக் காலத்திற்கு மேல் பக்கம் மூன்று விரற்கிடை தூரத்திற்குள் முண்டெல்லு வர்மம் கொண்டால் பொறி கலங்கிப் போகும். உடம்பெல்லாம் நிலை கெட்டு பேதி உண்டாகும். குளிர் சுரமும் மயக்கமும் உண்டாகும். வர்மம் கொண்ட இடத்தை மெதுவாகத் தடவிவிடு. எழுந்திருப்பான். செந்தெங்குக் கஷாயம் (செவ்விள நீர்க் கஷாயம் கொடு. சுவராதி எண்ணெய் கொடு. இந்த வர்மம் நீங்கும்.

மூத்திரக் காலம்

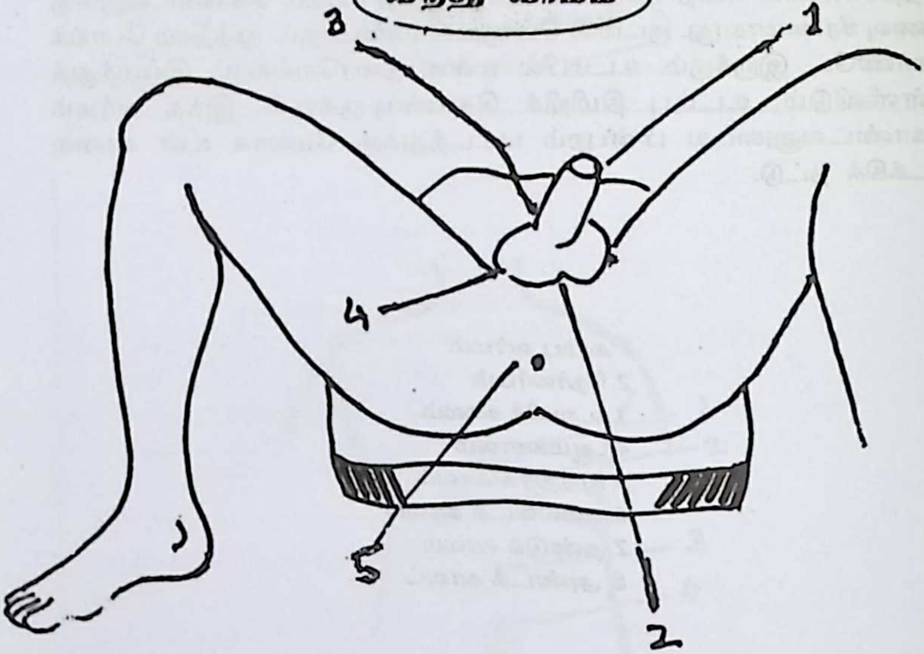


தீரவென்றால் உந்திதன்னில் தொப்பு ளின்கீழ்
திறமான இருவிரலில் மூத்திரக் காலம்
சேரவென்றால் கா்லமது கொண்ட பேர்க்குச்
செமியாது குடல் பொருமும் மூத்திரம் பாயும்
நீரான நீரெல்லாம் இறைக்கும் மைந்தா
நிறமான தேகமெல்லாம் திமிர்போ லாகும்
ஆரான பின்புறத்தில் புட்டிக்கு மேலே
அடவான கால்மடக்கி அறிந்து தட்டே. (55)

வயிற்றில் தொப்புளுக்குக் கீழாக இரண்டு விரற் கிடை தூரத்தில் மூத்திரக்காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்கு உணவு சீரணமாகாது. குடலில் பொறுமல் உண்டாகும். மூத்திரம் போய்க் கொண்டே இருக்கும். உடம்பில் உள்ள நீரையெல்லாம் இறைத்துத் தள்ளிவிடும். உடம்பு திமிறிக் கொண்டிருக்கும். இந்த வர்மம் கொண்டவனுடைய பின்புறம் புட்டத்துக்கு மேலாக உன் காலை மடக்கித் தட்டு.

1. கூம்பு வர்மம்
2. நேர்வர்மம்
3. உறுமிக் காலம்
4. ஆமக்காலம்
5. மூத்திரக் காலம்
6. கல்லடைக் காலம்
7. தண்டுக் காலம்
8. அண்டக் காலம்

விந்து வர்மம்



1. தண்டு வர்மம்
2. அண்ட வர்மம்
3. கல்லிடைக் காலம்
4. விந்து வர்மம்
5. தாலிச வர்மம்

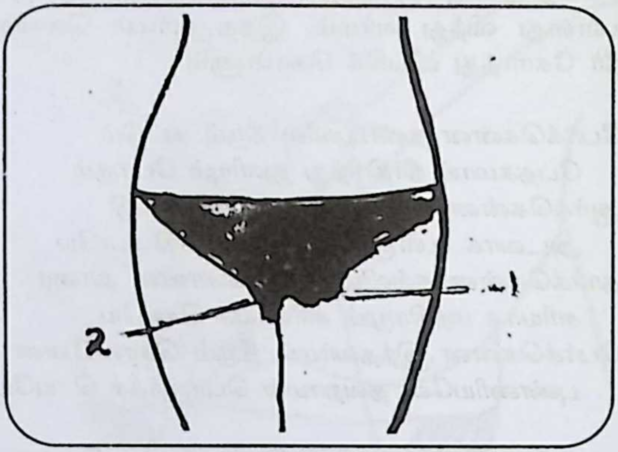
தட்டியே முதுகுநெஞ்சு தடவித் தாழ்த்து
சரியான அடக்கமது அறிந்து தாக்கு
முட்டியே கிரிச்சனமும் அடங்கிப் பின்னே
முறையான நீரொழிவு தீர்ந்து போகும்
கட்டியே கல்லடையின் காலத் தின்கீழ்
கருத்தான தண்டிலொரு விரலின் மேலே
வெட்டித்தான் இதுநடுவே விந்து வர்மம்
வெளியான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு. (56)

தட்டி முதுகிலும் நெஞ்சிலும் தடவித் தாழ்த்த வேண்டும். வர்ம இடம் கண்டு செயல்பட்டால் மூத்திரம் போவது நிற்கும். கல்லிடை வர்மத்தின் கீழே தண்டுக்கு விரற்கடை. மேலே தண்டுக்கும் விரைக்கும் நடுவில் உள்ளது விந்து வர்மம். இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்குத் தண்டில் நீர் கோர்த்து வீங்கிக் கொள்ளும்.

பேர்க்கென்ன தண்டினில் நீரும் கட்டும்
பேதகமாய் நீர்திரிந்து துளியும் போகும்
ஆர்க்கென்ன ஏலாதி கியாழம் போட்டு
அடவாக உள்ளுக்குக் கொடுத்தி டாயே
தார்க்கென்ன கல்லிடையில் சொன்ன தாரை
சரியாக மந்திரமும் சரியாய்ச் செய்யே
பேர்க்கென்ன இந்தவர்மம் தீரும் சொன்னேன்
புண்ணியனே தவறாமல் பொருந்தச் செய்யே. (57)

சொட்டு சொட்டாக மூத்திரம் இறங்கும். ஏவாதி கஷாயம் போட்டுக் கொடு. கல்லிடை வர்மத்துக்குச் சொன்ன மந்திரத்தையும் சொல்லு. இந்த வர்மம் நீங்கும். கல்லிடை வர்மத்துக்குச் செய்தது போலே இந்த வர்மத்துக்கும் கவனமாக வைத்தியம் செய்ய வேண்டும் என்பது கருத்து.

அண்டக் காலம்

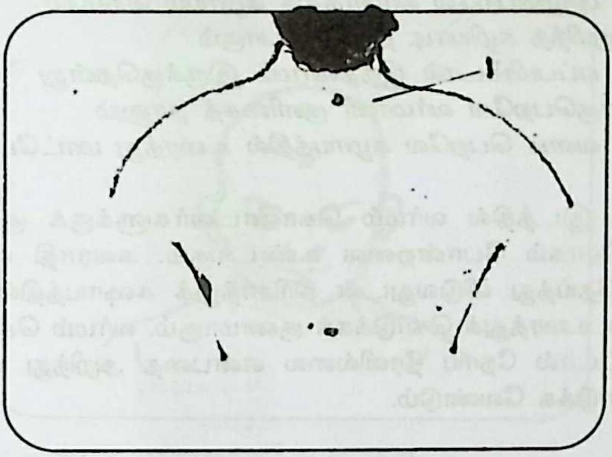


செய்யவென்றால் வித்துரண்டும் பதிந்த சார்பில்
செயலான அதன்நடுவில் அண்டக் காலம்
அய்யவென்றால் நமத்துவாரம் அருகில் கொண்டால்
அகமுனையும் நீர்த்தரிக்கும் அபானம் விம்மும்
பைய்யவென்றால் மலங்கழியும் ரெத்தங் காணும்
பகல் மறைவு நயனமது தள்ளிக் காணும்
துய்யவே அந்தவர்மம் கொண்ட பேர்க்குச்
சுக்காலே கழாயமதைச் சுருக்காய்த் தாக்கே. (58)

இரண்டு விரைகளுக்கும் நடுவில் அண்டக்காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்கு மலத்துவாரத்தை அடுத்த பகுதிகள் வீங்கிவிடும். நீர்கோர்த்துக் கொள்ளும் தானாக மலம் கழியும். அதில் இரத்தமும் காணும். பகலிலேயே கண்கள் தள்ளிக் கொண்டிருக்கும் இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்குச் சுக்குக் கஷாயம் போட்டுக் கொடுக்கவும்.

1. அண்டக் காலம்
2. தண்டுக் காலம்

சுழியாடி வர்மம்



தாக்கடா தூக்கிவிட்டு உதறும் போது
சரியாக இந்தவர்மம் இளகுஞ் சொன்னேன்
நாக்கடா சனபதனில் நீட்டிப் பேசி
நலமான கோர்வையெல்லாம் கைக்குள் என்பான்
போக்கடா மூதேவி சொன்ன வார்த்தை
புதல்வனே பிடரிதன்னில் பெரு நரம்பின் மையப்
வாக்கடா சுழியாடி எதுவே யென்றால்
வளமான பெருநரம்பின் மைய மாகும்.

சுக்குக் கஷாயம் கொடுத்து ஆளைப் பிடித்துத் தூக்கி நன்றாக உதறிவிட்டால் இந்த வர்மம் இளகிவிடும். அதைவிட்டு நாக்கு நீளமாக நாலு பேர்க்கு நடுவே வம்புப் பேச்சுப் பேசும், மூடர்களின் பேச்சைக் கேட்காதே.

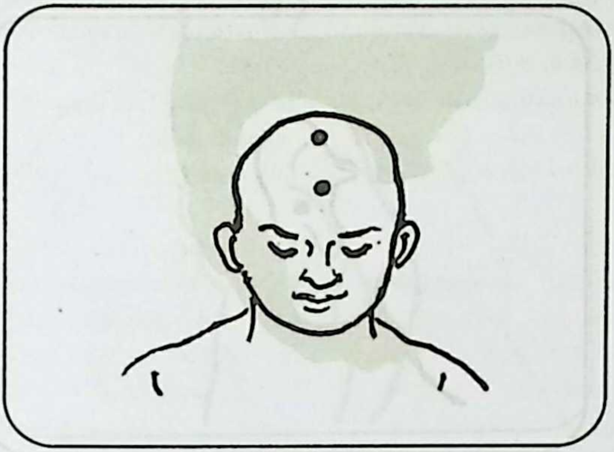
பிடரியில் பெருநரம்பின் மையத்தில் சுழியாடி என்ற வர்மம் உள்ளது.

முதுகந்தண்டின் மேல் பகுதியில் பிடரிக்குக் கீழே உள்ளது மேல் சுழியாடி வர்மம். இடுப்புச் சந்தியில் உள்ளது கீழ்க் சுழியாடி வர்மம். இங்கே மேல் சுழியாடி வர்மம் பற்றிக் கூறுகிறார்.

ஆகுமிந்தச் சுழியாடி கொண்ட பேர்க்கு
அடவான பனிசுரங்கள் பயித்திய ரோகம்
போகுமிந்த சுவராதி யெண்ணெய் வார்த்துப்
புகழ்பெறவே கிரிசாத்துக் கழாயம் செய்யே
ஏகுமிந்த சுழியாடி தீர்ந்து போகும்
ஏப்பமிட்டால் இந்தவர்மம் இருக்குதென்று
வாகுபெறவே வர்மானி குளிகைத் தானும்
வளம் பெறவே கழாயத்தில் உரைத்து மாட்டே. (60)

இந்த இடத்தில் வர்மம் கொண்டவர்களுக்குக் குளிர் சுரம், பைத்திய ரோகம் போன்றவை உண்டாகும். சுவராதி எண்ணெய் வார்த்துத் தேய்த்து விடுவதுடன் கிரிசாத்துக் கஷாயத்தில் வர்மானி குளிகையை உரைத்துக் கொடுக்கக் குணமாகும். வர்மம் கொண்டவன் ஏப்பம் விட்டால் நோய் தீரவில்லை என்பதை அறிந்து மறுபடியும் மருந்து கொடுக்க வேண்டும்.

பூட்டெல்லு வர்மம்

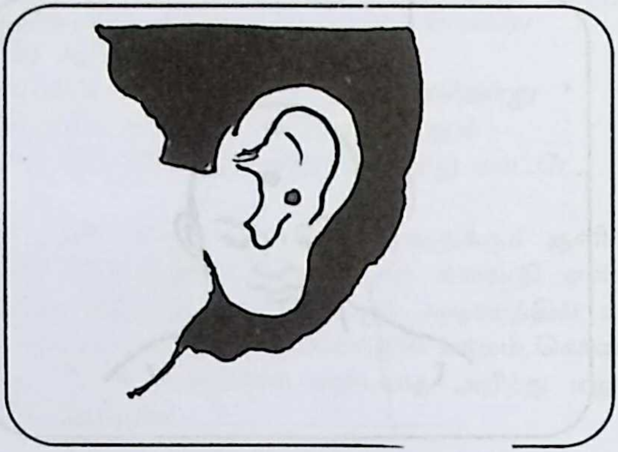


மாட்டியே உச்சிதனில் அருகு பற்றி
மகத்தான பூட்டெல்லு வர்மம் ஆண்டேயாகும்
தாட்டிகமாய் அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
சாதகமாய்த் தலையிடிகள் மூளை ரோகம்
வாட்டிடவே பீனிசமும் முறைச்சை ரோகம்
வகையான உள்ளுக்குள் கெந்த நாற்றம்
போட்டியங்கள் இல்லையப்பா மருந்தால் தீரும்
புகழ்பெறவே சுக்கெண்ணெய் நாசிக் கூத்தே. (61)

மனித உடம்பில் மண்டையோடு ஒரு விசித்திரமான பகுதி. இது ஒருபெட்டி போல் அமைத்துள்ளது. பெட்டியின் பாகங்கள் எவ்வாறு இணைக்கப்பட்டுள்ளன என்பதை யாரும் கண்டறிய முடியாது. அவ்வளவு சுத்தமாக சந்தி தெரியாமல் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. ஆயினும் இப்பகுதி தாக்கப்படும். போது உயிருக்கே ஆபத்து ஏற்படலாம்.

தலை உச்சியின் அருகில் உள்ள வர்மம் பூட்டெல்லு வர்மம் எனப்படும். அவ்விடத்தில் அடி இடிகள் கொண்டால் தலைக்குத்தல், மூளை நோய்கள், பீனிசம், வரட்சி, உள்ளுக்குள் கெட்ட நாற்றம், போன்றவை உண்டாகும். இந்த வர்மம் கொண்டவனுக்கு நாசித்துளையில் சுக்கெண்ணெய் ஊற்றவும்.

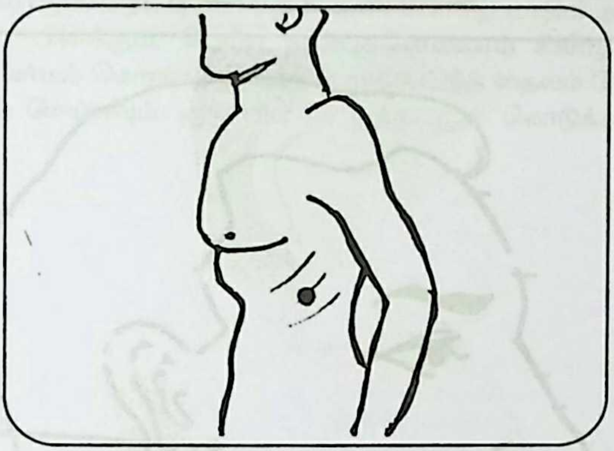
குருந்து குத்தி வர்மம்



ஊத்தியே இப்படிநீ மூன்று நாள்செய்
உண்மையுடன் வல்லாரை அரைத்துத் தாக்கு
சாத்திரத்தில் சொன்னதொன்றும் விட்டிடாதே
தகைமை பெறும் உள்வர்மம் மூன்றுண் டாச்சு
மாத்திரையாய்ச் செவிதனிலே குருந்து குத்தி
மகத்தான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு
நேத்திரமாய்ச் சன்னிதோன்றும் கபம் தோன்றும்
நிர்ணயமாய்த் திங்களதில் மரண மாகும். *(62)*

மூன்று நாள் மூக்கில் சுக்கெண்ணெய் ஊற்றுவதுடன் வல்லாரையை அரைத்துக் கொடுக்கக் குணமாகும். இத்துடன் வர்மம் மூன்றும் கூறி முடிந்தது. இனி உள்வர்மங்களைக் கூறுவேன். காதுக்குள் குருந்து என்ற பகுதி உள்ளது. அதில் காதில் குருந்து குத்தி என்ற வர்மம் ஏற்பட்டால் கண்நோய், சன்னி, கபம் தோன்றி மூன்று மாதங்களில் மரணமும் ஏற்படலாம்.

சுாரீரல் - வர்மம்

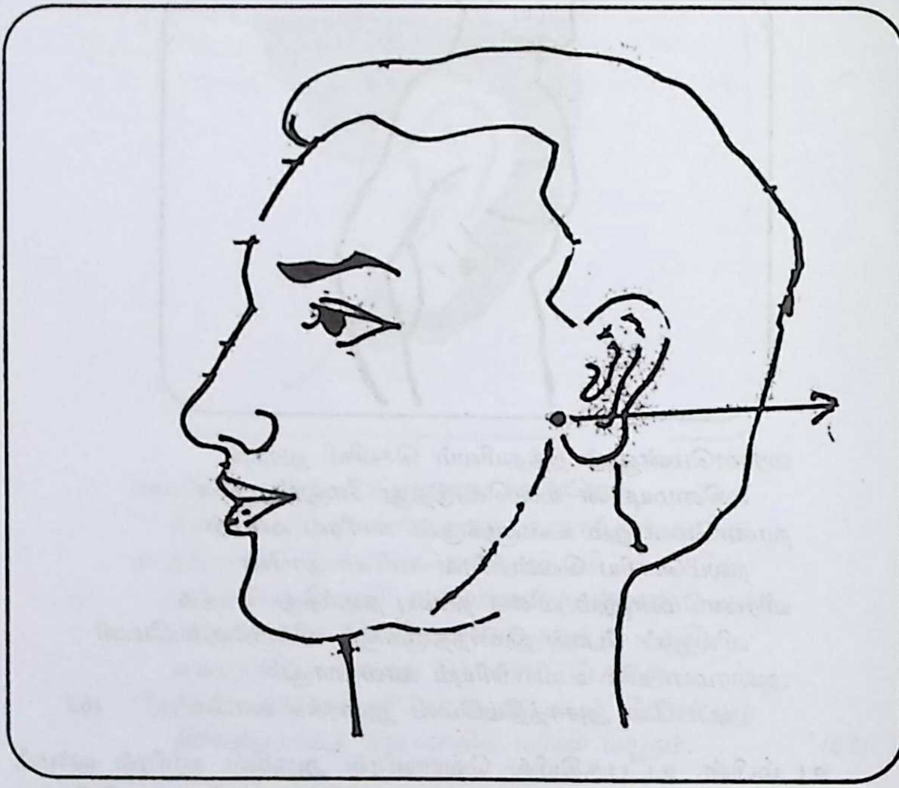


மரணமென்னும் தீத்தயிலம் செவியி லூத்தி
மகிமையுடன் உள்கொடுத்து மேலும் பூசே
நரணமென்னும் உள்ளுக்குள் காரீரல் வர்மம்
நலம்பெரிய வெள்ளீரல் சமீபம் தானே
விரணமென்னும் விசை நரம்பு தளர்ந்து மெத்த
வில்லுப் போல் நிமிர்ந்திருக்கும் விரைக்கும் மேனி
அரைமணியில் உயிர்பிரியும் கால மாகும்
அப்பனே அசாத்தியமென் றுரைக்க லாமே. (63

உடம்பின், உட்பகுதியில் வெள்ளீரல் அருகில் சுராீரல் வர்மம் ஏற்பட்டால் விசை நரம்பு தளர்வதால் வில்லைப்போல் நிமிர்ந்து கொள்ளும். உடல் விரைத்துப் போகும். அரைமணி நேரத்திற்குள் மரணம் ஏற்படலாம். இது மிகவும் கொடிய வர்மம். குணப்படுத்த முடியாது என்றே கூறலாம்.

இதற்குத் தீத்தயிலம் என்ற தயிலத்தைக் காதுகளில் இரண்டு சொட்டு விடுவதுடன், உள்ளுக்கும் குடிக்கக் கொடுத்து மேலுக்கும் பூசவேண்டும்.

அலவாடி வர்மம்

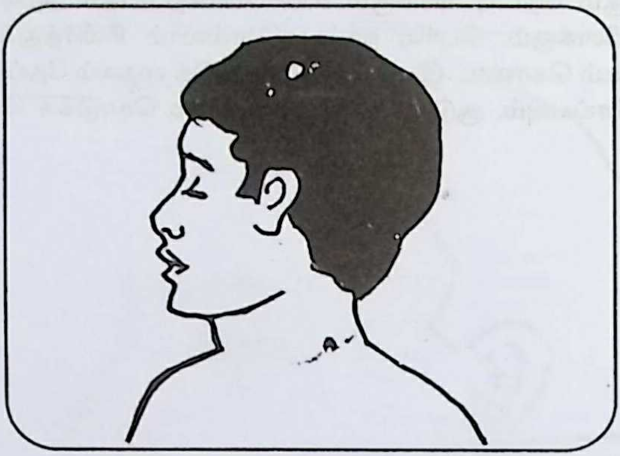


ஆமென்ற அலவதுதான் முடிந்து முட்டில்
அலவாடி என்றதற்கும் பேர்தா னாமே
நாமென்ற வர்மமது கொண்டு தானால்
நாளொன்றில் வாய்கோணும் நெட்.டிவாங்கும்
போமென்று வாய்பிளக்கும் அண்ணாந் தேதான்
புகழ்பெரிய நரம்பெல்லாம் சிலிர்த்து நிற்கும்
வாமென்ற முக்கூட்டுத் தைலம் தேய்த்து
வளமான நாசிக்கு நசியம் செய்யே. *(64)*

அசைந்தாடுகின்ற பகுதி அலவாடி. நமது உடலில் கீழ்த்தாடை மட்டுமே உணவை மெல்லுவதற்குத் தோதாக அசைந்தாடும். விதமாக

அமைக்கப்பட்டுள்ளது. காதுகளின் அடியிலிருந்து தாடை தொடங்குகிறது. அவ்விடத்தில் அடி இடி கொண்டால் அலவாடி வர்மம் எனப்படுகிறது. அந்த வர்மம் கொண்டால் ஒரே நாளில் வாய் கோணலாகும். நெட்டி வாங்கும். உயிர்போகிற மாதிரி அண்ணாந்தபடி வாயைப் பிளக்கும். பெரிய நரம்புகளெல்லாம் சிலிர்த்துக் கொண்டு நிற்கும். வர்மம் கொண்ட இடத்தில் முக்கூட்டுத் தைலம் தேய்த்து நாசிக்கு நசியமும் செய்யவும். சூடு பிடிக்க ஒத்தடமும் கொடுக்க வேண்டும்.

விலங்கு வர்மம்

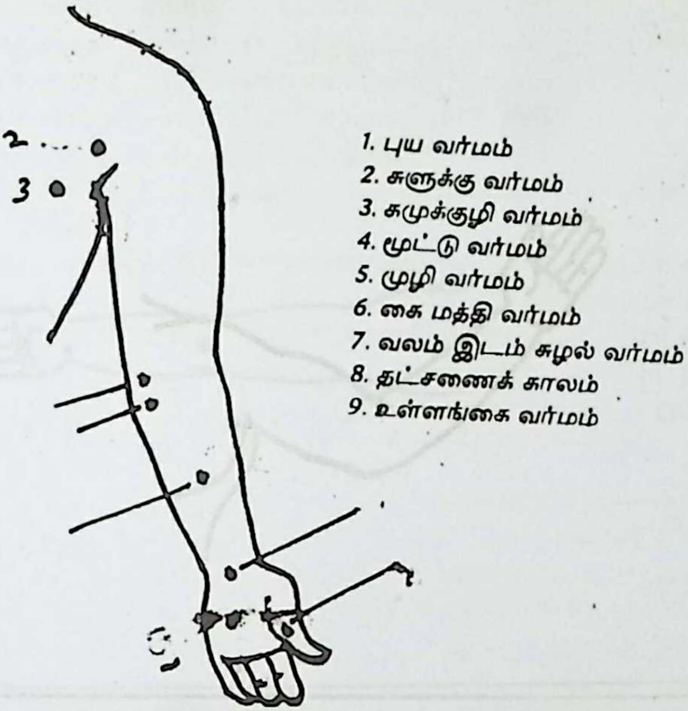


செய்யப்பா பரக்கவே ஒத்தல் போடு
திறமான கழுத்தடியில் காறைக் குள்ளே
நையப்பா விலங்குவர்மம் அதற்குப் பேரு
நலமான குத்திடிகள் நசுங்கல் கொண்டால்
பையப்பா கைஉசர மாட்டா தென்று
பாங்காக மாராப்பு போட்டாற் போலும்
ஐயப்பா குறுக்கோடே கொளுத்திக் கொள்ளும்
அழகான திருமேனி யதனால் தீரும். (65)

பாட வேறுபாடு :- 2 வது வரி திறமான கழுத்தடியில் காதுக்குள்ளே
7 வது வரி ஐயப்பா குறுக்கோடே பொருந்திக் கொள்ளும்.
ஐயப்பா குறுக்கோடே கழுத்துக் கோணும்

கழுத்தினடியில் காறை எலும்பு சேருமிடத்தில் விலங்கு வர்மம் உள்ளது. அதன்மேல் அடி குத்து விழுந்தால் அல்லது நசுங்கும் படி நேர்ந்தால் கையை உயர்த்த முடியாது. மாராப்பு போட்டாற்போல் கை மார்பில் ஒட்டிக் கொள்ளும். திருமேனி எண்ணெயினால் இந்த வர்மம் குணமாகும்.

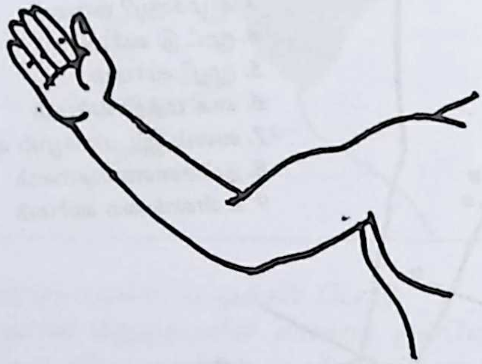
புயவர்மம்



தீருமடா காறையதின் முனையில் தானே
திறமான புயவர்மம் அதற்குப் பேரு
ஆரடா கையதிலே சூச்சமாகி
அழகான புயமதில் வீக்க முண்டாம்
நேருமடா கையதனைத் தூக்க விடாது
நிர்ணயமாய் நித்திரையும் காணாதப்பா
சேருமடா திருமேனி எண்ணெய் யிட்டுச்
செயலாக மூன்றுநாள் தடவத் தீரும். (66)

காறை எலும்பின் முனையில் ஏற்படும் வர்மத்திற்குப் புய வர்மம் என்று பெயர். இந்த வர்மம் கொண்டால் புயத்தில் வீக்கம் உண்டாகும். கை பூராவும் கூச்சமாக இருப்பது போல் இருக்கும். கையைத் தூக்க முடியாது. உறங்கவும் முடியாது. திருமேனி எண்ணெய்விட்டு மூன்று நாள் தடவினால் இந்த வர்மம் குணமாகும்.

சுளுக்கு வர்மம்

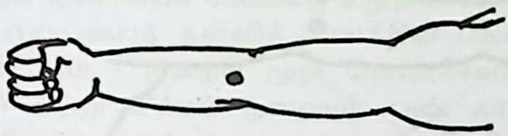


தடவுகின்ற முண்டெல்லின் மத்தி பத்தில்
தயவான குழிநரம்பில் சுளுக்கு வர்மம்
அடவதிலே அந்த வர்மம் கொண்டு தானால்
அடவான நடுவிரலைச் சுருக்கிக் கொள்ளும்
மடவமதாய் இழுகூட்டுக் கொடுத்து மைந்தா
மத்தியமாய் தடவிமெள்ள நெட்டி வாங்கே
வடிவுடைய குருவெனக்குச் சொன்ன வார்த்தை
மறையனே ஒருநாளும் வார்த்தை வாங்கே. (67)

பாட வேறுபாடு :- 8 வது மறைப்பேனா ஒருநாளும் வார்த்தை வாங்கே.

விலா முண்டெலும்பின் மையத்தில் கழிநரம்பில் உண்டாகும். வர்மத்திற்குச் சுளுக்கு வர்மம் என்று பெயர். இந்த வர்மம் கொண்டாப் நடுவிரலைக் சுருக்கிக் கொள்ளும். நிதானமாக இழுத்து விட்டு மெதுவாகத் தடவிக் கொடுத்து சொடுக்கு எடுக்க வர்மம் நீங்கும். குரு எனக்குச் சொன்ன வார்த்தை இது அதை நான் உங்களிடம் மறைக்கவில்லை.

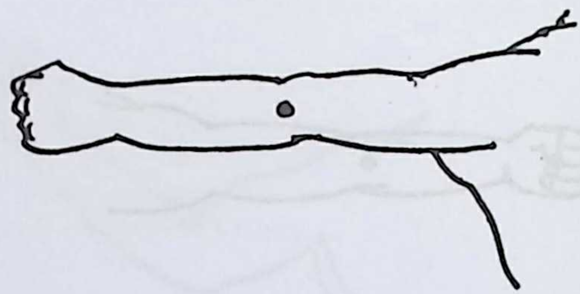
மூட்டு வர்மம்



வாங்கியந்தக் கரமதில் மூட்டு வர்மம்
மகத்தான அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
தாங்கியந்தக் கரமதிலே கூச்சமாகித்
தயவாக விருவிருத்து நொந்து வீங்கும்
மாங்குசத்தில் ரத்தமயம் மாற லாகும்
மகிமையான வல்லாரை பிழிந்து தாக்கு
நீங்குமடா தடவிமெள்ள நெட்டி வாங்கி
நிர்ணயமாய் உள்ளுக்கும் கொடுத்தி டாயே. *(68)*

கையிலே ஏற்படுவது மூட்டு வர்மம். மூட்டில் அடிஇடிகள் கொண்டால் கையில் கூச்சமாகி விரு விரு என்று ஆகிவிடும். வீக்கமும் வலியும் உண்டாகும். தசையில் உள்ள இரத்தத்தின் நிறம் குணம் மாறிப்போகும். வல்லாரையைப் பிழிந்து மேலே பூசி. உள்ளுக்கும் கொடு, மெதுவாகத் தடவி விட்டுச் சொடுக்கு எடு. குணம் உண்டாகும்.

முழி வர்மம்

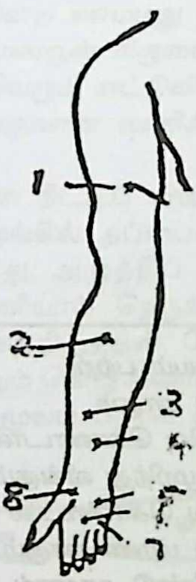


கொடுத்திடவே கூச்சலது விட்டுப் போகும்
குணமாக முட்டிடையில் முழியின் வர்மம்
அடித்திடவே முழிவர்மம் கொண்டு தானால்
அடவான அசைவதிலே வீக்க மாகித்
தொடுத்திடவே வர்மமதில் விரண மாகித்
தொகையென்ன முண்டெலும்பு முறிந்து தள்ளும்
படுத்திடுவான் பிணியாளி, பலரும் மொய்க்க
பரமகுரு கிருபையினால் இளகும் பாரு. (69)

மணிக்கட்டுக்குக் கீழே விரல்கள் கையுடன் சேரும் பகுதியில் ஒரு முட்டு உண்டாகிறது. இந்த முட்டின் நடுவில் ஒரு வர்மம் ஏற்படலாம் அது ஏற்பட்டால் கை அசைகின்ற பகுதியில் வீக்கமாகி, இரணமும் ஆகிவிடும். முண்டெலும்பு முறிந்து வெளிப்படலாம். வர்மம் கொண்டவன் நடமாட முடியாமல் படுத்து விடுவான். இதற்கு முழிவர்மம் என்று பெயர்.

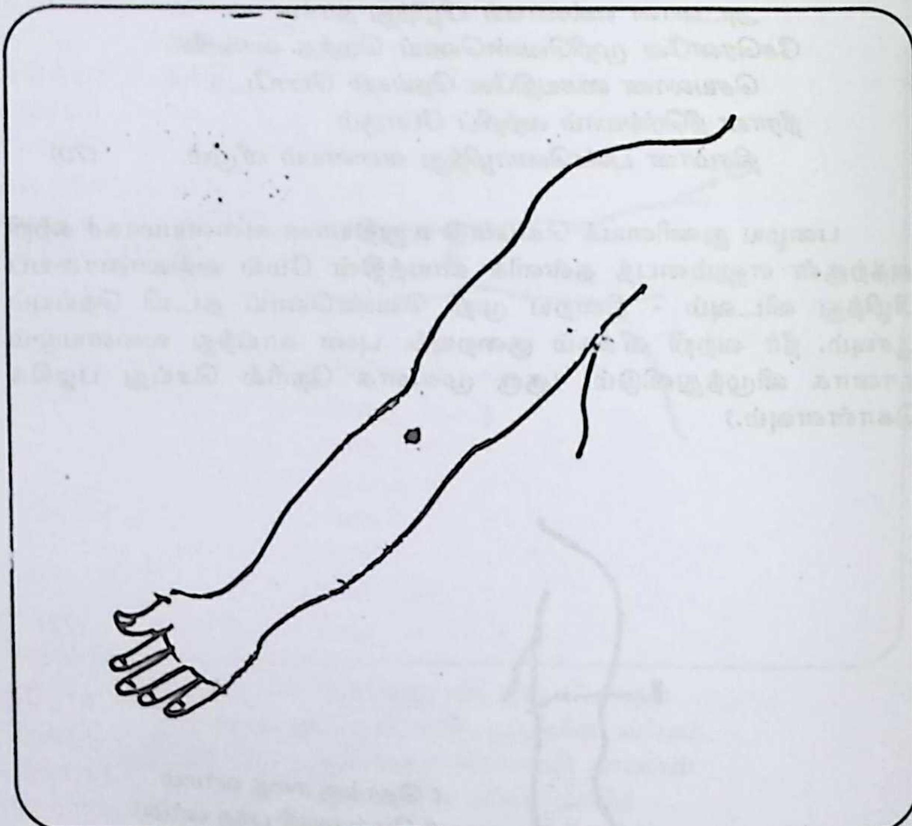
பாரெனவே பழந்துணியில் வளையஞ் சுற்றிப்
பத்திரமாய் முறிவதிலே எலும்பைத் தள்ளி
ஆரெனவே வளையமது உள்ளே தாக்கு
அடவான வல்லாரை பிழிந்து தாக்கு
சேரெனவே முறிவெண்ணெய் மெத்த வாங்கிச்
செயலான கையதிலே நெய்யும் போடே
நீரான நீரெல்லாம் வற்றிப் போகும்
நிசமான புண்ணொழிந்து வளையம் வீழும். *(70)*

பழைய துணியைக் கொண்டு உறுதியான வளையமாகச் சுற்றி அதற்குள் எலும்பைத் தள்ளிக் காயத்தின் மேல் வல்லாரையைப் பிழிந்து விடவும் - நிறைய முறி வெண்ணெய் தடவி நெய்யும் பூசவும். நீர் வற்றி வீக்கம் குறையும். புண் காய்ந்து வளையமும் தானாக விழுந்துவிடும். (குரு முகமாக நேரில் செய்து பழகிக் கொள்ளவும்.)



1. தொங்கு சதை வர்மம்
2. மேல் மணி பந்த வர்மம்
3. மணிபந்த வர்மம்
4. கண்யோதரி வர்மம்
5. நடுக்குவளி வர்மம்
6. சிறுகுவளி வர்மம்
7. விஷமணிபந்த வர்மம்
8. குவளிக் காலம்

மணிபந்த வர்மம்



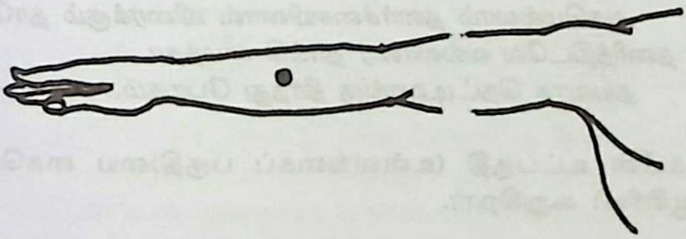
வீழுமந்த முழங்கையில் மையம் பற்றி
விசமான மணிபந்த வர்ம மாகும்
தாழுமிந்த மணிநடுவில். முறிவு கொண்டால்
தயவான வட்டெலும்பு முறிந்து வீங்கும்
வாழுமிந்த வர்மத்தில் முறிவு கொண்டால்
வளமான பன்னிரண்டில் மரண மாகும்
நாளவதி கழிந்து மெள்ள நீண்டு தானால்
நன்மையுள்ள மூடில்லா தாளிச் சாற்றில்
ஆளுமிந்த உலுவாவிதை அரைத்து மைந்தா
அளவான துணிதனிலே வூட்டிச் சுற்றே. (71)

பாட வேறுபாடு :- 8 வது வரி நன்மையுள்ள மூடில்லா தாழைச் சோற்றில்
9 வது வரி ஆளுமிந்த உளுந்து விதை அறைத்து மைந்தா.

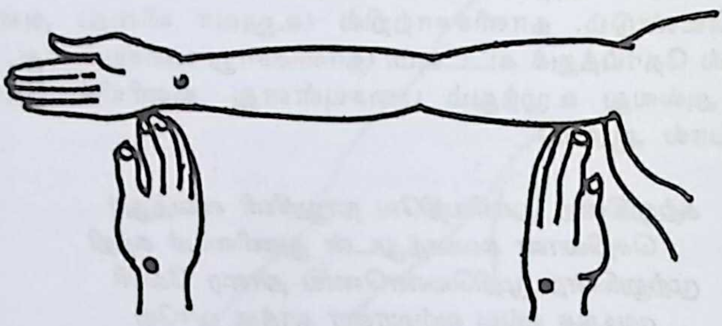
முழங் கையின் மையத்திலிருந்து வரும் எலும்பின்மேல் ஏற்படுவது மணிபந்த வர்மம். இந்த இடத்தில் எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டால் வட்டெலும்பு முறிந்து வீங்கும். இந்த வர்மத்தில் ஏற்படும் எலும்பு முறிவினால் பனிரெண்டு நாட்களில் மரணம் ஏற்படலாம். அதனால் மிகவும் கவனமாகச் சிகிச்சை செய்யவேண்டும். தாளிச்சாற்றில் (உலுவா விதை) அரைத்துத் துணியில் தோய்த்துக் கட்டவும். (தாளிச்சாறு பசையுள்ளது. உலுவா விதை அல்லது உழுந்தும் பசையுள்ளது. துணியில் தோய்க்கச் சவ்வுபோல் ஆகும்.)

சுற்றுகின்ற துணியதிலே நாலுசீளி வைத்துச்
செறிவான கவனத்துடன் துணியைச் சுற்றி
முற்றுகின்ற முறிவெண்ணெய் தாரை கோரி
முடிந்த நல்ல வல்லாரை தாக்கு வாயே
பற்றுகின்ற வர்மமது தீருஞ் சொன்னேன்
பரமனருள் கிருபையினால் தீர்ந்தால் ஆச்சு
வெற்றிவரும் எட்டுவிரல் முன்னே தள்ளி
வெகுவான மணிக்கெட்டி னுள்ளே தள்ளே. (72)

விரல்களை நீட்டிப் பிடித்து எலும்பை மணிக்கட்டின் உள்ளே தள்ளி நாலு மூங்கில் தப்பைகளை எலும்புகள் பொருந்தியிருக்கும் படியாக வைத்து அழுத்திப் பிடித்துக் கொண்டு முன் தயாரித்த பசையுள்ள துணியால் நெருக்கமாகவும் இடைவெளி இல்லாமலும் அழுத்தமாகச் சுற்றி அதன் மேல் முறிவெண்ணெயை வார்க்கவும். வல்லாரைச் சாறும் கொடுக்கவும். பரமனருளால் குணமாகும். அனுபவம் உள்ள ஆசான் மூலம் நேரில் கற்றுக் கொள்வது சிறந்தது.



துதிக்கை வர்மம்

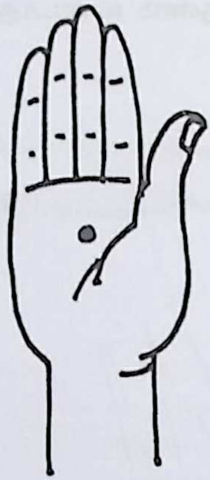


மணியென்ற வெள்ளைதனில் அருகுபற்றி
மத்திபத்தில் வளைவதில் துதிக்கை வர்மம்
கணிரென்று ஓசை போலக் கொண்டு தானால்
கண்பிசகி மணிகெட்டு விரைக்கும தேகம்
அனலெனவே வளயமாய் நீயும் கூட்டு
அகமெல்லாம் தளர்ச்சையினால் விரைக்கும் தானே
தணிந்திடவே வல்லாரை தாக்கி மைந்தா
தயவாக நெட்டிவாங்கு தீர்ந்து போகும். (73)

கையின் உட்பகுதி (உள்ளங்கைப் பகுதி)யை கைவெள்ளை என்று ஆசிரியர் கூறுகிறார்.

மணிக்கட்டின் ஓரத்திலிருந்து நடுவில் கை வளையுமிடத்தில் உண்டாவது துதிக்கை வர்மம் கணீர் என்று ஓசையுடன் இந்த வர்மம் கொண்டால் கண் பார்வை பிசகும். உடல் எல்லாம் விரைத்துப் போகும். கைவிரல்களைப் பிடித்து வளையமாய்க் கூட்டும் போது உடல் விரைக்கும். தளர்ச்சியுண்டாகும். வல்லாரை கொடுத்து விரல்களைச் சொடுக்கு வாங்கிவிடக் குணம் உண்டாகும்.

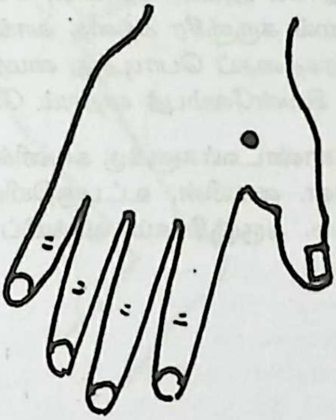
தட்சணை வர்மம்



போகுமடா வெள்ளையது உள்ளங் கையில்
பொருந்திநின்ற சொர்ணதெட்ச ணையின் காலம்
ஆகுமடா இந்த வர்மம் கொண்டால் கேளு
அடவான சீதம்வரும் சன்னி தோன்றும்
போகுமடா உயிர்பிரியும் நேரம் ஆகும்
புண்ணியனே கபந்தோன்றும் மரணமாகும்
ஏகுமடா மூன்றரை நாள் கழிந்து தானால்
எழுந்திருப்பான் இந்த வர்மம் எல்லோரும் மெய்க்க. *(74)*

உள்ளங் கையில் தட்சணை வர்மம் உண்டாகும். இந்த வர்மம் ஏற்பட்டால் குளிர் உண்டாகும். சன்னி வரும். உயிர் போவதைப்போல் இரைக்கும். கபம் தொண்டையை அடைக்கும் மூன்றரை நாள் சென்றால் பிழைத்துக் கொள்வாள். இளநீர்க் கஷாயம் வைத்துக் கொடுக்கவும்.

கவளிக் காலம்



மெய்ப்பதென்ன தென்னையிள நீரில் கழாயம் செய்து
வேண்டியபடி கொடுத்திடுவாய் வர்மம் தீரும்
கற்பமென்ன கையிடையில் கவளிக் காலம்
கனமான மூன்றுவர்மம் அதுவே ஆச்சு
இப்படியே இருவிரலி டையிருக்கும் வர்மம்
பேதகமே இல்லையடா குணமுண்டாகும்
முப்பிறவி யுள்ளோர்க்குக் கிட்டும் இந்நூல்
மூரிபோல் திரிபவர்க்குக் கிட்டா தென்றேன். (75)

கைவிரல்களின் இடையில் கவளிக்காலம் என்ற வர்மம். மூன்று வர்மங்கள் உள்ளன. இந்த வர்மங்களைக் குணப்படுத்த இந்நூலில்

வழி சொல்லியிருக்கிறேன். ஆனால் முற்பிறவிகளில் செய்த புண்ணிய பலன் உள்ளவர்களுக்கே இந்நூல் கிட்டும். சும்மா சுற்றித்திரிபவர்களுக்குக் கிட்டாது. (மூரி = எருமை)

என்றெனவே இந்தவர்மம் கொண்ட பேர்க்கு
இருக்கையிலே ஓராண்டு கழிந்தபின்பு
நன்றெனவே கைவெள்ளைக் குள்ளே யெல்லாம்
நலமான விப்புருதி வெடிப்புண் டாகும்
குன்றாமல் தீர்க்க அவன் சொன்ன போது
குறையாமல் கருஞ்சீர கத்தை வாங்கி
நன்றாகச் சீரகத்தைப் பொடித்து மைந்தா
நயமான சிவன்வேம்புத் தைலம் சேர்த்து. *(76)*

இந்த வர்மம் கொண்டவர்களுக்கு கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டால் ஓராண்டு சென்ற பின், கையின், உட்பகுதியில் எல்லாம் விப்புருதி வெடிப்பு உண்டாகும். கருஞ்சீரகம் வாங்கிப் பொடித்து சிவனார் வேப்புத் தைலத்தில்.

பதுக்கால் வர்மம்

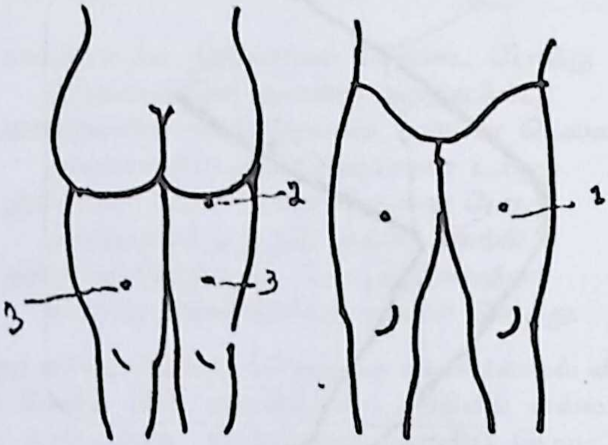


சேர்த்துடனே மண்டலம்நீ கொண்டா யானால்
தீர்ந்துபோம் இந்தவர்மம் திடங் காண்பீர்
பார்த்துமெய்க் கருத்துடன் சொன்னேன் மைந்தா
பகருவேன் மறுகரத்தில் இது போலாமே
நேர்த்தியாம் தொடையடியில் பதக்கால் வர்மம்
நேரான வர்மமது கொண்டு தானால்
சாத்தியமாய்க் கால்தன்னைப் பின்னி முக்கும்
தயவான பக்கவாதந் தானுண்டாகும். *(77)*

சேர்த்து ஒரு மண்டலம் உட் கொண்டுவந்தால் குணமாகும். ஆனால் மறு கரத்திலும் அதே போல் வரலாம். தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட்டு வரவேண்டும்.

தொடையின் அடிப்பாகத்தில் குறிக்குக் கீழேயுள்ள சந்தியில் பதக்கால் வர்மம் என்ற வர்மம் உண்டாகலாம். அந்த வர்மம் கொண்டவர்க்கு கால்கள் பின்னால் இழுத்துக் கொள்ளும். பக்க வாதம் உண்டாகும்.

துண்டுவர்மம் நொடிவர்மம் - ஆமை வர்மம்

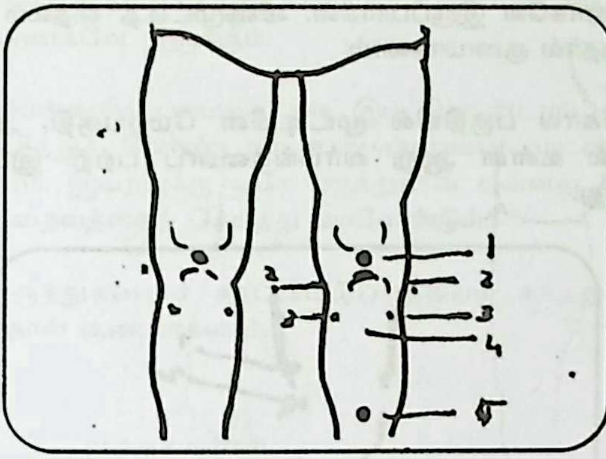


1. துண்டு வர்மம்
2. நொடி வர்மம்
3. ஆமைக் காலம்

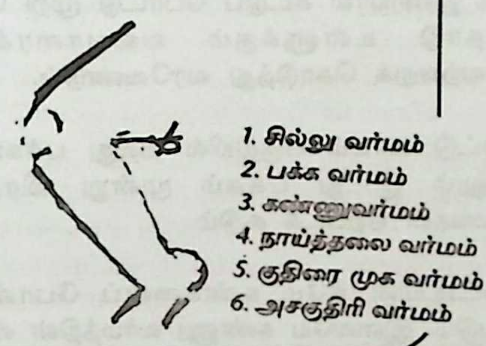
ஆகுமடா தொடைநடுவில் துண்டு வர்மம்
அடவான துண்டிடையில் நொடியின் வர்மம்
ஏகுமடா தொடைமுதுகில் ஆமைக் காலம்
எழுகின்ற மூன்றுவர்மம் குணமொன்றாகும்
போகுமடா இந்தவர்மம் கொண்டு தானால்
பொருத்தசைத்து கால் நடக்க வொட்டாதன்றே
வேகமான இன்னமொரு அடவு கேளு
வீணாகச் சினந்தோன்றப் பேசாதே என்பேன். (78)

தொடை நடுவில் வர்மம் கொண்டால் அதற்குத் துண்டு வர்மம் என்று பெயர். அதன் இடையில் நொடி வர்மம். தொடையின் முதுகுப் பக்கம் ஆமை வர்மம். இந்த வர்மங்கள் மூன்றுக்கும் குணம் ஒன்றே. இந்த வர்மம் கொண்டவர்களால் நடக்க முடியாது. எடுத்ததற் கெல்லாம் கோபம் வரும். தைலம், கஷாயம், ஒத்தடம் போன்றவற்றால் நிதானமாகக் குணப்படுத்த வேண்டும்.

முழங்கால் முட்டியில் ஆறு வர்மங்கள்

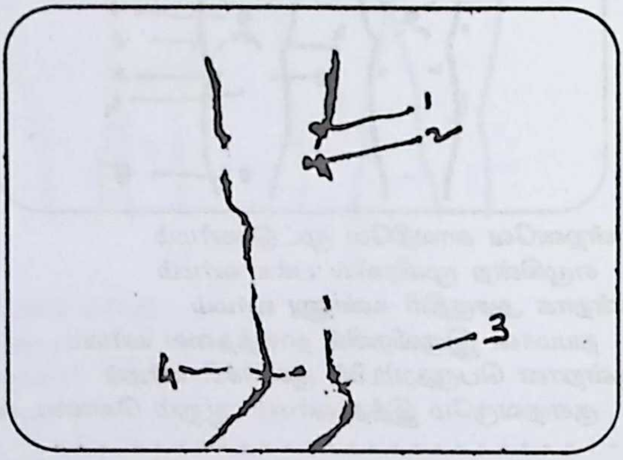


என்றனவே காலதிலே முட்டு வர்மம்
எழுகின்ற மூவிரலில் பக்க வர்மம்
நன்றாக அசகுதிரி கண்ணு வர்மம்
நயமான இருவிரலில் நாய்த்தலை வர்மம்
குன்றான பெருநரம்பில் குளிர்ச்சி வர்மம்
குறைவருமே இந்த வர்மம் ஆறும் கொண்டால்
- -
கூடுவிட்டுப் பிரியும் வரை முடவன் ஆவான்
மன்றான இதற்கெல்லாம் மருந்தே இல்லை
விசமுட்டி போட்டவுடன் தீரும் தீரும். (79)



கால்களில் வரும் வர்மங்கள் முட்டுவர்மம் மூவிரல் பக்க வர்மம். அசகு திரி வர்மம், கண்ணு வர்மம். இருவிரல் நாய்த்தலை வர்மம் பெரு நரம்பில் குளிர்ச்சி வர்மம் - இந்த வர்மங் கொண்டவர்கள் உயிர் போகும் வரை முடவராகவே இருப்பார்கள். விஷமுட்டித் தைலம் போட்டுத் தேய்த்து வந்தால் குணமாகலாம்.

முழங்கால் பகுதியில் மூட்டியின் மேற்பகுதி, அடிப்பகுதி பக்கங்களில் உள்ள ஆறு வர்மங்களைப் பற்றி இப்பாடலில் கூறப்படுகிறது.



தரையில் முழங்கால் சில்லுபடும் இடத்தில் உண்டாகும் வர்மம். மூட்டு வர்மம். இங்கு அடி இடிபட்டு முழங்கால் சில்லு நகர்ந்து போகவும் கூடும். காயத்தின் தன்மையை அறிந்து சில்லை நகர்த்தி வைத்து தாளிச் சாற்றில் உலுவா விதையை அரைத்த பசையில் நனைத்த துணியால் கட்டுப் போட்டு முறி வெண்ணெய் தேய்த்து வருவதோடு உள்ளுக்கும் வல்லாரைச் சாறு, கஷாயம் போன்றவற்றைக் கொடுத்து வரவேண்டும்.

மூட்டு வர்மம் பகுதியில் வலது பக்கம் மூன்று விரற்கிடை தூரத்திலும் இடது பக்கம் மூன்று விரற்கிடை தூரத்திலும் பக்கவர்மங்கள் ஏற்படக் கூடும்.

முட்டியின் கீழே கண்களைப் போன்ற இரண்டு குழிகள் காணப்படும். இவையே கண்ணு வர்மத்தின் ஸ்தானங்களாகும்.

கண்ணுவர்மத்திலிருந்து இருவிழற்டை கீழே நாய்த்தலை வர்மம் என்ற வர்மம் உண்டாகக் கூடிய இடமாகும். முட்டியின் பின்புறத் தொடையின் அடிப்பகுதியில் உண்டாவது குளிர்ச்சி வர்மம். இந்த இடத்தில் ஒரு பெரிய நரம்பு காணப்படும். நரம்பின்மேல் அடிபட்டால் விளைவு கடினமாகவே இருக்கும்.

இந்த வர்மங்களில் பலமான அடி இடி கொண்டால் மரணமும் நேரலாம். தப்பித்துக் கொண்டால் உயிருள்ளவரை முடவனாகவே இருக்க நேரலாம். இவற்றுக்கு ஒரே மருந்துதான் உள்ளது. விடாமல் விஷமுண்டித் தைலத்தைத் தேய்த்து வரவேண்டும்.

மற்ற மருந்துகளைச் சாப்பிட்டுப்பத்தியம் காத்துவந்தால் பரமனருளிருந்தால் குணமாகலாம்.

1. குளிர்ச்சை வர்மம்
2. அசகுதிரி வர்மம்
3. கோணச் சன்னி வர்மம்
4. முடிச்சு வர்மம்

குதிரை முகவர்மம்

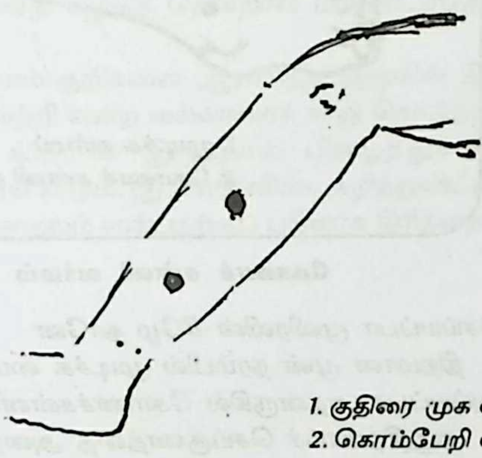


திருமடா முழங்காலில் வர்மம் கேளு
திறமான மையமதில் குதிரைமுக வர்மம்
ஆருமடா காலமது கொண்ட போது
அடவான அசாத்தியத்தில் விசமே புக்கி
நேருமடா அத்தலத்தில் விரணமாகி
நிர்ணயமாய் புண்புரைகள் மாறாதென்றேன்
பாருமடா பராபரத்தின் கிருபை யாலே
விசப்பச்சை எண்ணெயால் தீரும் கண்டாய். (80)

பாட வேறுபாடு :- பச்சைவிச எண்ணெயால் தீரும் கண்டாய்.

முழங்கால் சில்லுக் கீழே உள்ள எலும்புப் பகுதியில் குதிரை முகவர்மம் என்ற வர்மம் ஒன்று உண்டு. அது கொண்டவர்க்கு அசாத்திய நிலையாம். எப்படி என்றால் வர்மம் கொண்ட இடம் விஷத் தன்மை கொண்டு, புண் ஆகி புரை ஏறி ஆறாமல் தீராத வினையாய்த் தொல்லை கொடுக்கும். விஷப் பச்சை எண்ணெய் தேய்த்து வரக் கடவுள் அருள் இருந்தால் குணமாகும்.

கொம்பேறி வர்மம்

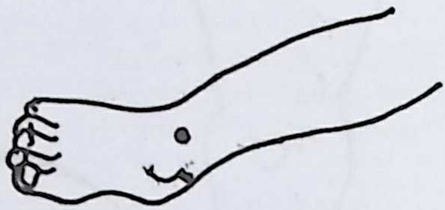


1. குதிரை முக வர்மம்
2. கொம்பேறி வர்மம்

கண்டாயே அங்குவந்தான் நாலின் கீழே
கடந்திட்டால் கொம்பேறி வர்ம மாகும்
விண்டாயே விசர்த்து மெள்ள விசம்போல் ஏறும்
வீசியதோர் சன்னிவரும் தளர்ச்சை யாகும்
மண்டலத்தில் எவர் அறிவார் இந்தச் செய்கையெல்லாம்
மகத்தான தீத்தைலம் துவளப் போடே
திண்டாக இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்
திறமான கஞ்சியோடு கழாயம் செய்யே. (81)

குதிரை முக வர்மத்திலிருந்து நான்கு அங்குலம் கீழே கொம்பேறி வர்மம் இந்த வர்மம் கொண்டவர்க்கு உடம்பெல்லாம் வியர்த்து விஷம்போல் ஏறும். சன்னிவரும் உடல் தளர்ச்சியாகும். இதன் செயல்களையாரும் அறிய மாட்டார். இந்த வர்மம் கொண்டவர்க்கு தீத்தைலம் துவளப் போட்டு வர்மம் இளகியவுடன் கஞ்சியும் கஷாயமும் கொடுக்கவும்.

முடிச்சு வர்மம்



1. முடிச்சு வர்மம்
2. கோணச் சன்னி வர்மம்

கோணச் சன்னி வர்மம்

செய்யப்பா மூவிரலின் கீழே தானே
திறமான முன் நரம்பில் முடிச்சு மையம்
அய்யப்பா அதனருகில் கோணச்சன்னி
அதுதிறமாய்ச் செய்குணத்தை அறையக் கேளு
நய்யப்பா சன்னிவரும் முகத்தைக் கோணும்
நயம்பெறவே சரீரமெல்லாம் முறுக்கிக் காணும்
பைய்யப்பா விசைநரம்பு தளர்ச்சை யாகும்
பாங்காக மரணம்வரும் மூன்றில் கொல்லும். *(82)*

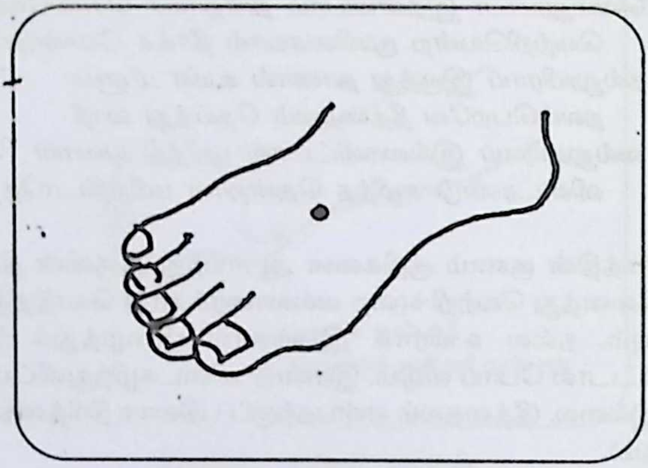
கொம்பேறி வர்மத்திலிருந்து மூன்று விரற்கிடை கீழே முடிச்சு வர்மம் உள்ளது. கால் எலும்பு பிற எலும்புகளுடன் சேரும் இடத்தைக் குறிப்பதாகக் கொள்ள வேண்டும். இந்த வர்மம் பாதத்தின் மேற்கணுப்பகுதியிலேயே காட்டப்பட்டுள்ளது. எலும்புகள் சேருமிடத்தில் முடிச்சு வர்மம். அதனருகில் பின்புறமாக உள்ளது கோணச் சன்னி வர்மம்.

கோணச்சன்னி வர்மம் கொண்டவர்க்கு முகம் கோணலாக இழுத்துக் கொள்ளும். சன்னி வரும். உடம்பெல்லாம் முறுக்கிக் கொள்ளும். விரல் நரம்பு, தளர்ச்சியு[illegible]. இது மூன்று நாட்களில் ஆளைக் கொன்றுவிடும்.

கொல்லுமடா இதின்குணத்தை நன்றாய்ப் பார்த்து
கோணாமல் குருபதத்தை மனதில் நினைத்து
வெல்லுமடா இதன்விபரம் நன்றாய்ச் சொல்வேன்
வெற்றியென்ற மூலிகையால் தீர்க்க வேண்டும்
நல்லுயிராய் இருந்து தானால் உயிர் மீளும்
நலம்பெறவே தீத்தைலம் தேய்த்து வாநீ
வல்லுயிராய் இல்லாவிட்டால் மரித்தி டுவான்
விடைரண்டு கழிந்த தென்றால் மரித்திடாதே. *(83)*

வர்மத்தின் குணம் குறிகளை ஆராய்ந்து குருவின் திருவடிகளை மனதில் நினைத்து வெற்றி என்ற வல்லாரைச் சாறு கொடுத்து தீத்தைலம் தேய்க்கவும். நல்ல உயிராக இருந்தால் பிழைத்துக் கொள்ளும். இல்லாவிட்டால் போய் விடும். இரண்டு விடைகழிந்துவிட்ட தென்றால் மரணம் இல்லை. (தீத்தைலம் என்பதற்குப் பதிலாக திரித்தைலம் என்றும் பாடபேதம்).

பாதச்சக்கரம்



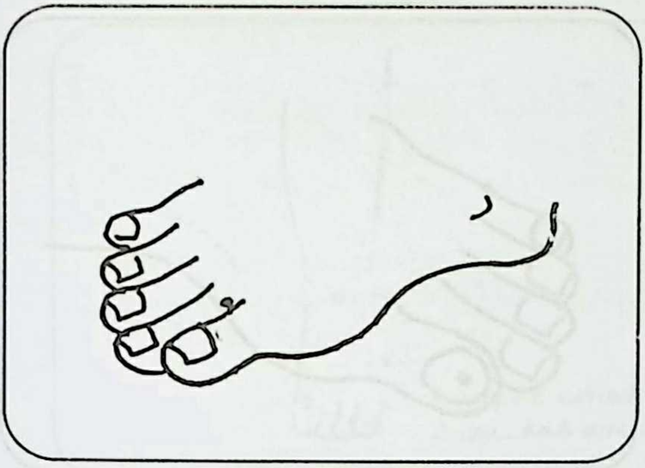
மரிப்பதற்கு மூவிரலில் பாதச் சக்கரம்
மதியான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு
இருபதுக்குக் கண்குழியும் இருமல் தோன்றும்
இசையாத கபமும்தான் நெஞ்சில் தோன்றும்
இருக்கொட்டாது இசைந்தொருநாள் பிரிந்தொ ருநாள்
இயல்பாகக் கழிந்துதானால் கசிந்த தான
தாரமது தெரிந்ததொரு பச்சிலை தன்னைத்
தாக்கினால் இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்.

\- -

வசைவதற்கு வசவெண்ணெய்ப் பூசச் செய்யே. (84)

கோணச்சன்னி வர்மத்திற்குக் மூன்று விரற்கிடை கீழே பாதச் சக்கர வர்மம். பாதத்திற்கு மேற்புறம் உள்ளது, இந்த வர்மம் கொண்டால் கண்கள் குழிந்து தோன்றும். இருமல் உண்டாகும். நெஞ்சில் கபம் தோன்றம். ஒரு இடத்தில் இருக்க விடாது. இருபது நாள் கழிந்த பிறகுதான் குணம் தெரியும் பச்சிலைச் (வல்லாரை) சாறு கொடுத்து வசவெண்ணெய் மேலே பூச வர்மம் தீரும்.

திட வர்மம்

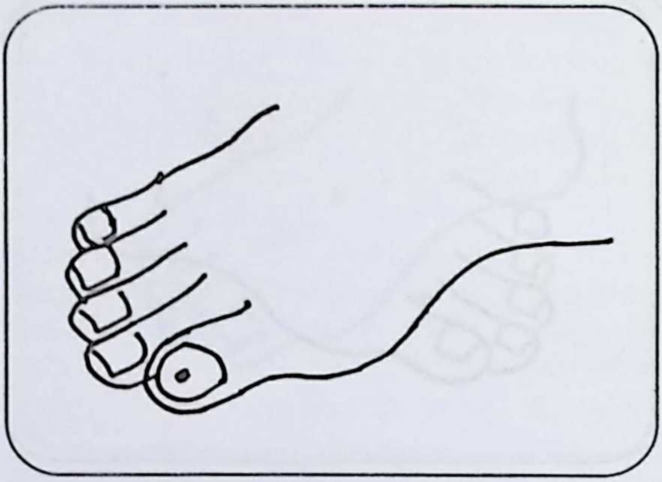


செய்யவே அங்குலந்தான் நாலின் கீழே
செயலான பெருவிரல் இடையில் தானே
பய்யவே திடவர்மம் அதற்குப் பேரு
பாங்காக அதனிடையில் குத்தினாக்கால்
- -
பாங்காக இரத்தம் வந்து கட்டிக் கொள்ளும்
உய்யவே உளைச்சல்தான் காணும் காணும்
உயர்திருமேனி யெண்ணெயதில் முழுகச் சொல்லே
நய்யவே இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்
நலமான பெருங்கண்ணில் பூழிக் காலம். *(85)*

பாட வேறுபாடு :- 4 வது பாரிடையில் குத்தினால் இரத்தம் வராது.

பாதச்சக்கர வர்மத்திற்கு நான்கு விரற்கிடை கீழே பெருவிரலின் இடையில் திடவர்மம் உள்ளது. அவ்விடத்தில் ஏதாவது குத்தி விட்டால் இரத்தம் வந்து கட்டிக் கொள்ளும். உடம்பெல்லாம் உளைச்சல் உண்டாகும். திருமேனி எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்க .இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

பூழிக் கால வர்மம்

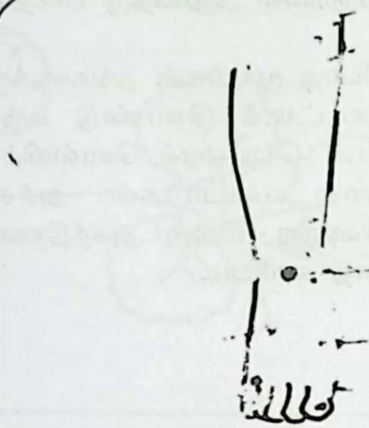


காலமது செய்கின்ற கருத்தைக் கேளு
 கடினமடா நரம்பிழுக்கும் குன்னிப் போகும்
உலவுகின்ற நோயாளியை இருத்திக் கொண்டு
 உடனே ரண்டு கையதனால் உதறி வாங்கி
நாலு நாளைக்கெண்ணெய் ஏதானாலும் போட்டு
 நன்றாக நரம்புகளைத் தடவச் சொல்லே
வெல்வதற்கு வல்லாரை விரும்பிக் கேளு
 வினையகலும் என்றிதனை முனிசொன் னாரே. (86)

பாடபேதம் நரம்பிளகிக் குன்னிப்போகும்.

பெருவிரல் நகக் கண்ணின் மையத்தில் பூழிக்கால வர்மம். இவ்விடத்தில் வர்மம் கொண்டால் நரம்புகள் இழுத்துக் கொண்டு உடல் குறுகிப் போகும். வர்மம் கொண்டவனை எடுத்து உட்கார வைத்து இரண்டு கைகளையும் நன்றாக உதறச் செய்து எண்ணெய் தேய்த்து உதறிவிடவும். நான்கு நாட்கள் இவ்வாறு செய்தால் வர்மம் தீரும். வல்லாரைச்சாறு கொடுக்கவும் வேண்டும்.

அடக்கக் காலம்



சொன்னேன்காண் இந்தவர்மம் சுகமாய்ப் போகும்
சூட்சமடா வெள்ளையதில் அடக்கல் காலம்
மன்னனாம் அடங்கலதில் கொண்டு தானால்
மயங்கிடும் பின் மரணமது வந்தே தீரும்
நன்மையாம் இந்தவர்மம் நான்தான் சொன்னேன்
நலம் பெறவே வர்மமெல்லாம் தீர அடக்கமாகும்
மன்னுலகில் மெய்தீண்டாக் காலஞ் சொன்னேன்
மகத்தான பச்சிலையும் அறியச் சொன்னேன். (87)

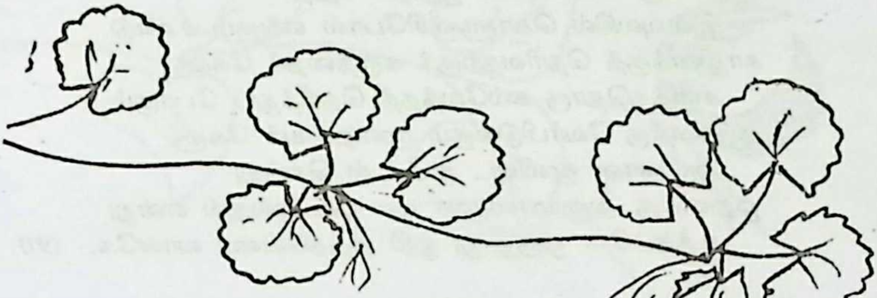
பாதத்தின் அடிப் பாகத்தில் அடக்கல் காலம் என்ற வர்மம் உள்ளது. அடக்கல் காலத்தில் வர்மம் கொண்டால். உடனே மயக்கமும் பின் மரணமும் உண்டாகும். (கிருஷ்ண பரமாத்மாவின் பாதத்தில் அம்பு தைத்ததால் உட்னே மறைந்தார் என்று புராணம் கூறும்) இந்த வர்மத்தைப் பற்றி நான் மட்டுமே கூறியுள்ளேன். இதில் மற்ற வர்மங்கள் எல்லாம் அடக்கமாகும். இதுவறை மெய்தீண்டாக் காலம் உள்ளிட்டவர்மங்கள் அனைத்தும் சொன்னேன். பச்சிலைகளையும் சொன்னோம்.

பச்சிலையை அறியாத மடைய ரெல்லாம்
படைக்குக் கச்சைகட்டிப் பாவம் செய்வார்
இச்சைபெற்று ஆசானாய்ப் பேரும் பெற்று
இருதயத்தில் என்னைப்போல் இல்லை யென்று

மச்சிலத்தில் சொல்லியே மகிழ்ந்து கொண்டு
மகத்தான வர்மமது அறிவோம் என்பார்
அச்சுதனும் அர்னாரும் அறியா மூடர்
அகத்தியனார் வெற்றிநூலை அறிவதரு மைதான். (88)

பச்சிலைகளைப் பற்றி அறியாத மூடர்கள் தங்களுக்கு எல்லாம் தெரியும் என்பதுபோல் கச்சைகட்டிக் கொண்டு வந்து பாபம் செய்வார்கள். பெயர்பெற்ற ஆசான் பெயரைச் சொல்லிக் கொண்டு என்னைப்போல் யாரும் இல்லை என்பார்கள். அச்சுதனையும் அரனையும் அறியாத மூடர்கள் (விஷ்ணு - சிவன்) அகத்தியனார் நூலை அறிவதென்பது முடியவே முடியாத காரியம்.

வல்லாரை



தானான வெற்றியென்ற பச்சிலையைக் கேளு
சார்ந்த தண்ணீர் தயவுதன்னில் தழைத்து நிற்கும்
வானான வயசதற்கு நூற்றிப் பத்து
வகைதெரிந்தால் வாசம் வீசும் வல்லாரை என்பார்
கோனான சித்தறுக்கும் கொடிமூ லிகை
கோகர்ணம் செய்கர்ணம் குருமுடிப்புக் கதிமூலி
நானான காலத்திற்கு எல்லாம் ஆகும்
நவலோக உறுப்புகளின் வசவுக் காகும். (89)

வல்லாரை என்ற பச்சிலை மூலிகையே வெற்றி என்ற பெயர் பெற்றதாகும். ஆறு குளம் வாய்க்கால் கரைகளில் தழைத்துப் படர்ந்திருக்கும். இதற்கு வயது நூற்றுப்பத்து. கமகம என்ற மணம் வீசக்கூடியது. கோகர்ணம் கஜகர்ணம் முதலான சித்துகளுக்கும் உதவும் மூலிகை. குருமுடிப்பதற்கும் தேவையான மூலிகை எல்லா வர்மங்களுக்கும் நல்ல மருந்தாகும். உறுப்புகளை இளகச் செய்வதற்கும் உதவும்.

ஆகுமிந்த மெய்தீண்டாக் காலம் ஏது
அடக்கமென்ற சுவடுமுறை அறிவதேது
போகுமிந்த சுவடதிலே பெருக்க மேது
போகருட குன்றுதாங்கி மூலி ஏது. (90)

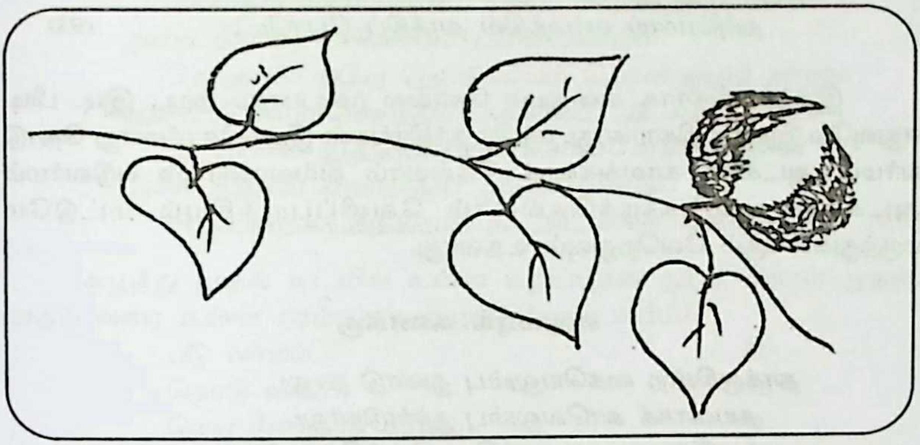
மெய்தீண்டாக் காலத்தை அறிய முடியாது. அடக்கமென்ற கால முறையையும் அறிய முடியாது. போகருடைய மலை தாங்கி மூலிகையையும் அறிய முடியாது.

மலைதாங்கி மூலிகை

ஏதுனக்கு மானிடனே இந்தப் புத்தி
இவ்வுலகில் கொளுஞ்சிபோல் எங்கும் உண்டு
காதுனக்குத் தெரிவதற்குக் கருத்தைக் கேளு
கனத்ததொரு கல்லேத்தத் தெரித்துப் போகும்
ஆதுனக்கு வேர்பிடுங்கும் முறையைக் கேளு
அடவான மூலியுட மூட்டில் சென்று
ஓதுனக்கு அனுமாரைவா வா ஓம் ஜல்ஜல் என்று
உத்தமனே ஒருநூறு ஓதி அந்தவேரை வாங்கே. (91)

இந்த மூலிகை கொளுஞ்சிபோல் எங்கம் காணப்படும். இதன் மேல் கல்லை ஏற்றினால் தெறித்துப்போகும். அதன் வேர்பிடுங்கும் முறையைச் கூறுகிறேன். கேட்பாயாக. மூலியினுடைய மூட்டில் சென்று அனுமார் மந்திரத்தை செபித்து ஓம் ஜல்ஜல் வாவா என்று நூறுமுறை ஓதி வேரை வாங்கவேண்டும்.

வேலிப் பருத்தி



வாங்கியே மணியாக்கி வாயில் கொண்டு
வாகான படையது போல் வந்திட்டாலும்
ஏங்கியே எவ்வளவு சனங்கள் மாளும்
ஏகாந்த மூலியிது மெய்தீண்டாக் காலம்
தாங்கியே முன்அனந்தம் பின்ன னந்தம்
தயவாக ஒன்பது சுவடு வைத்து
நீங்கியே முகம்நோக்கித் தீண்டும் போது
நிசமாக மயங்கிடும் பின்மரண மாகும். *(92)*

அந்த வேரை மணிபோல் செய்து வாயில் அடக்கிக் கொண்டு நீ முன்னே சென்றால் ஒரு படையே எதிர்த்து வந்தாலும் அவர்களால் உன்னை ஒன்றும் செய்ய முடியாது. வந்தவர்கள் மாள்வர். இதுவே மெய்தீண்டாக் காலம் ஆகும். முன்புறம் ஒன்பது அடிபின்புறம் ஒன்பது அடி வைத்து எதிரியின் முகத்தை நீ பார்க்கும் போது (உன் கண்களால் தீண்டும்போது) எதிரி மயங்கி விழுவான். மரணமும் அடைவான்.

மரணமென்ற பிடிசுவடு இதுக்கொவ் வாது
மகத்தான மந்திரதந்திரம் இதுக்கொவ் வாது
நரணமென்ற தொடுவர்மம் அடக்கக் காலம்
நவலோக வல்லாரை ஆகுஞ் சொன்னேன்

கரணமென்ற படுவர்மம் அடக்கக் காலம்
கருத்தாக வேலியென்னும் பருத்தி தானே
தருணமது இம்மூலி இரண்டும் கொண்டு
தந்திரமாய் வர்மத்தில் தாக்கிப் போடே. (93)

இதற்கு நிகராக எதையும் சொல்ல முடியாது. அடி, இடி பிடி எதுவுமே இதற்கு நிகராகாது. மந்திர தந்திரங்கள் இதற்கொவ்வாது தொடு வர்மம் அடக்கக் காலங்களுக் கெல்லாம் வல்லாரையும் படுவர்மம் அடக்கக் காலங்களுக்கெல்லாம் வேலிப்பருத்தியும் மட்டுமே மருந்துகளாகும் வேறெதுவும் உதவாது.

எலும்புக் கணக்கு

தாக்குகின்ற கையெலும்பு துண்டு நாலு
தயவாகக் காலெலும்பு துண்டுநாலு
ஆக்குகின்ற உறுப்புசக்தி முப்பத்திரண்டு
அடவான குறுத்தெலும்பு அறுபான் நாலு
தாக்குகின்ற வரியெலும்பு பதினாறாகும்
தயவான சிரசதில் மூன்றே ஆகும்
தாக்கினதோர் நாக்கின்மேல் துண்டு நாலு
நலம்பெறவே கழுத்தினில் கண்டம் ஆறு. (94)

இனி எலும்புகளின் எண்ணிக்கை பார்ப்போம்.

கை எலும்புகள்	4 துண்டு	சிரசில் உள்ள எலும்புகள்	3 துண்டு
கால் எலும்புகள்	4 "	நாசிக்கு மேலாக	4 "
உறுப்புகளில்	32 "	கழுத்தில்	6 "
குறுத்தெலும்புகள்	64 "	கொக்கி எலும்பு	4 "
வரிஎலும்பு	16 "		

இந்தக் கணக்கு தற்கால உடலியலார் கூறும் கணக்குடன் மாறுபட்டிருக்கலாம். அதன் காரணம் வர்மானியர்கள் வர்ம அடிபட்டால் ஒரு பகுதியில் உள்ள எலும்பு எவ்வளவு காணும் என்பதை வைத்தே கணக்கிட்டுள்ளார். சிரசில் எட்டு எலும்புகளும் முகத்தில் 14 எலும்புகளம் உள்ளதாக உடலியலார் கூறும் கணக்கு இந்த வகையில் சேராது.

உருப்புகள் கணக்கு

கண்டமென்ற கொப்பிதனில் உறுப்பு நூறு
கேசாதி பாதமெல்லாம் நரம்பு எழுபத்திராயிரம்
துண்டமென்ற படுவர்மம் பன்னிரண்டும்
தொகுப்பெறவே தொடுவர்மம் தொண்ணூற் றாறும்
அண்டமென்ற மெய்தீண்டாக்காலம் அடக்கக் காலம்
ஆதரவாய் இதுவெல்லாம் சொன்னேன் மக்காள்
மண்டலத்தில் எவரறிவார் இந்தச் செய்தி
வர்மம்முதல் அத்திநரம்பும் அடவாய்ச் சொன்னேன். (95)

கழுத்து முதல் உடலில் உள்ள உறுப்புகள் நூறு. கேசம் முதல் பாதம் வரை உள்ள நரம்புகள் எழுபத்திரண்டாயிரம்

படு வர்மம்	12
தொடு வர்ம்	96
மெய் தீண்டாக் காலம்	1
அடக்கக் காலம்	1

என்ற விவரங்களை யெல்லாம் இந்த நூலில் கூறியுள்ளேன்.

சொன்னேனடா கஞ்சிமுதல் கழாயந் தானும்
சுகமான தைலமொடு முக்கூட் டெண்ணெய்
மன்னுடைய ஓத்தலுடன் பொடியும் பூச்கும்
மகத்தான ஓடிமுறிவும் வசையல் கட்டல்
நன்னயமாய்ப் பத்தியமும் நடத்தல் செய்கை
நலமான கைமுறையும் செய்முறையும் சொன்னேன்
பின்னியதோர் நரம்புகளைப் பிடிக்கச் சொன்னேன்
பேதகமாய்ப் போகாமல் தீர்க்கக் கேளாய். (96)

உணவு வகை மருந்து வகைகளில் கஞ்சி, கஷாயம், தைலம், முக்கூட்டு எண்ணெய், ஒத்தடம் கொடுக்கும் முறை, பொடிகள், பூச்சுக்கள், ஒடிவுமுறிகளுக்கான வசையல், கட்டல், பத்தியம், நடத்தல், செய்கை முதலியவற்றோடு கைமுறை செய்முறைகளும் கூறியுள்ளேன். நரம்புகளைப் பிடிக்கும் முறைகளையும் சொல்லியுள்ளேன்.

வர்மம் கொண்டவர் அருந்தக் கஞ்சி

கேளப்பா திரிகடுகு திப்பிலிமூலம்
கெட்டியான உழிஞையோடு சிற்றாமுட்டி
நாளப்பா பழந்துணியில் கிழியாய்க் கட்டி
நலமான அரிசிஉரி அதன்மேல் போட்டு

வாளப்பா கஞ்சியதைப் பத்து நேரம்
 வளமாகக் குடித்திடுவாய் வர்மம் போமே
பாழாகப் போகாமல் அருந்தும் போது
 பழஞ்சுரங்கள் சீக்கிரத்தில் பறந்து போமே. (97)

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, திப்பிலி வேர், உழிஞை, சிற்றாமுட்டி, இவற்றை பொடியாக இடித்து ஒரு பழய துணியில் பொட்டலம் கட்டி அரிசி கொதிவரும் போது போட்டு நன்றாகக் கொதித்த பின் கஞ்சியை எடுத்து அருந்தக் கொடுக்கவும். இந்தக் கஞ்சியைப் பத்துவேளை கொடுத்தால் வர்மம் போய் விடும். பழைய சுரங்கள் இருந்தாலும் நீங்கிப் போகும்.

போமப்பா திரிகடுகு மதுரம் திப்பிலி
 பொடிந்த நல்லசீரக மும் ஈர்உள்ளி
வாமப்பா குன்றிவேர் அருகன் வேரும்
 மகத்தான உழிஞையோடு கடலாடி தானும்
நாமப்பா இதுவெல்லாம் சதைத்து வாங்கி
 நலமாக அரிசியிட்டுக் கஞ்சியாக
நாமப்பா மருந்தெல்லாம் கிழியாய்க் கட்டி
 நன்மையுள்ள கஞ்சிவைத்துக் குடிக்கும்போது. (98)

சுக்கு மிளகு திப்பிலி அதிமதுரம், திப்பிலி, சீரகம் வெங்காயம். குன்றிவேர், அருகன்வேர், உழிஞை, கடலாடி, இவற்றை யெல்லாம் வதக்கி அம்மியில் வைத்து சதைத்து பொட்டலம் கட்டி அரிசிக் கஞ்சியில் போட்டு நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து அந்தக் கஞ்சியைக் குடித்து வந்தால்.

போதவே புளியுப்பு நீக்கல் செய்து
 புத்தியுடன் பத்துநாள் குடிப்பா யானால்
ஏதுவான ஈளையோடு இருமல் தோசம்
 ஏங்கிளைப்பு புட்டிவலிப்பு காசம் தீரும்
இதுவான காலமெல்லாம் தீர்ந்து போகும்
 என்குரு சொன்னமொழி தன்னைக் கேட்பீர்
சதுவான காலமெல்லாம் தீர்ந்து போகும்
 சத்தியமாம் இந்த வர்மானி சாற்றினேனே. (99)

ஈளை, இருமல், ஏங்கல் இளைப்பு, புட்டி வலிப்பு, காசம் முதலான நோய்களெல்லாம் தீர்ந்து போகும். வர்மத்தால் வந்த நோய்களாக இருந்தாலும் நீங்கிவிடும். பத்து நாள் அருந்த வேண்டும். உப்பு புளி சேர்க்காமல் பத்தியமாக இருக்க வேண்டும்.

வர்மானிக் குளிகை

சாற்றினோம் திரிகடுகு மதுரம் ஏலம்
தயவான வெந்தயமும் ஓமம் பூரம்
ஆற்றினோம் கற்கடக சிங்கி கோட்டம்
அழகான மதுரமோடு புனுகுஞ்சேரு
வாற்றினோம் தென்னம் பூ வோடு
வளமான இசங்கு தூது வளைப் பூவும்
சாற்றினோம் இவையுடனே அதிமது ரமடா
ஆலோடு மஞ்சட்டி வில்வப் பூவும்.
- -
பாங்கான மாதுளம்பூ அழிஞ்சும் கூட்டே. (100)

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், ஏலம், வெந்தயம், ஓமம் இவற்றொடு பூரம், கற்கடக சிங்கி, கோட்டம் அதிமதுரம், புனுகு, தென்னப்பூ, இசங்கு, தூதுவளைப்பூ, அதிமதுரம், ஆல், மஞ்சிட்டி, வில்வப்பூ, மாதுளம்பூ, அழிஞ்சில் யாவும்.

கூட்டியே வகைவகைக்குக் கழஞ்சி ரண்டாம்
குங்குமப்பூ கோரோசனை கழஞ்சி ரண்டாம்
வாட்டியே இதுகளெல்லாம் இடித்துத் தூளாக்கி
வகையான குழியம்மி தன்னில் போட்டு
ஆட்டியே கொம்பரக்கு சவைத்த நீரில்
அழகான மருந்தெல்லாம் அரைத்து வையே
ஊட்டியே ஒருசாமம் பசுவின் பாலில்
சேர்த்துப் பொன்னாவாரைச் சாற்றில் ஆட்டே. (101)

வகைக்கு இரு கழஞ்சி வீதம் சேர்த்து, குங்குமப்பூ, கோரோகளை, வகைக்கு இரு கழஞ்சும் சேர்த்து இடித்துத் தூளாக்கி கல்வத்தில் போட்டு கொம்பரக்கு இடித்துச் சவைத்த நீரில் மருந்தையெல்லாம் அரைத்து பிறகு பசுவின் பாலில் ஒரு சாமம், பொன் ஆவாரைச் சாற்றில் ஒரு சாமம் ஆட்டவும்.

ஆட்டியே குழிகையது துவரை போலே
அழகான கசாயத்தில் உரைத்துத் தாக்க
வாட்டிடும் வர்மமெல்லாம் மாண்டு போகும்
வகையான ஈளையோடு மந்தாரகாசம் போகும்
சூட்டிடும் அத்திசுரம் சுவாச காசம்
சுகமான உள்வர்மம் ஈடுரோ கமதை
தாட்டிடுமே இக்குளிகைத் தாக்கும் போது
தயவான வர்மானிக் குளிகை யாமே. (102)

ஆட்டி வழித் தெடுத்து துவரப் பருப்பு பரிமாணம் உள்ள குளிகைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொண்டு கஷாயத்தில் இழைத்துக் கொடுக்க எந்த வர்மம் ஆனாலும். உடனே இளகிவிடும். ஈளை, மந்தார காசம், அத்திசுரம், சுவாச காசம், உள்வர்மம், மருந்தீட்டினால் உண்டான ரோகங்கள் எல்லாம் ஓடோடிப் போய்விடும். இதற்கு வர்மானிக் குளிகை என்று பெயர்.

கஷாயம்

ஆமே நீளாலமரத்தின் பிஞ்சுதானும்
அழகான நாயுருவி நுள்ளிவித்தும்
நாமேநீ வகைக்கொரு களஞ்சதாக
நலமான பொரிகாரம் லிங்கம் பூரம்
போமேநீ மதுரமொடு திரிசாதி
திப்பிலியும் கூட்டே
பொங்கமுடன் வகைக்கு ஒரு களஞ்சாமே
ஆமேநீ இதையெல்லாம் இடித்து நன்றாய்
மைந்தனே குழியம்மி தன்னில் போட்டு
போடப்பா கதலியுட பழத்தின் சாற்றில்
பொருந்தவே அரைத்திடு சாமம் ஒன்று
ஆட்டப்பா ஒருசாமம் குமரிச்சாற்றில்
ஆகுமொரு சாமம் வெற்றிலைச்சாற்றில்
நாட்டப்பா மைபோல அரைத்துக் கொண்டு
நலமான மாத்திரை சிறு பயரதாக
நீட்டப்பா குளிகையது கொடுக்கும்போது
நிசமான சீதவலி சன்னிபோகும். (1)

ஆலம் வித்தும், நாயுருவியின் நுண்ணிய வித்தும் வகைக்கு ஒரு களஞ்சு.

பொரிகாரம், லிங்கம், பூரம், (பொரிகாரம் என்பது வெடியுப்பைப் பொரித்தது)

அதிமதுரம் (திரிசாதி என்றால் திருபலாதி என்று எடுத்தக் கொள்ளப்பட்டது) நெல்லிக் காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய் இவையெல்லாம் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு.

இவற்றையெல்லாம் நன்றாக இடித்துக் கல்வத்தில் போட்டு வாழைப் பழத்தைப் பிழிந்த சாற்றில் ஒரு சாமம் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றில் ஒரு சாமம், வெற்றிலைச் சாற்றில் ஒரு சாமம் அரைத்து மை போல் வழித்து எடுத்துக் கொண்டு பச்சைப் பயிரளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொடுக்க சீதவலி சன்னியாவும் போகும்.

வேறுவகை கஷாயம்

போக்வே கஷாயமொன்ற சொல்லக்கேளு
பொருந்தவே சுண்டவேர் ஆடாதோடை
ஆகவே பணயூரசு வேரும்
ஆகுமோரிலைமூலி இசங்கு வேரும
ஏகதுணை கதலி செந்தட்டி சேர்த்து
இடித்தெடுத்து குருணிநீர் தண்ணியில் போடே. (1)

போடப்பா அதிமதுரம் பலந்தான் ஒன்று
புதுமையுடன் நல்லதொரு சுக்கும் சேர்த்து
ஆடப்பா கொம்பரக்கு பலம்தான் ரெண்டு
ஆகவகை இதுவெல்லாம் சதைத்துச் சேரு
கடாவுமுடன் கலைமூட்டி சதைத்துபின்பு
அதில் பாதியாகும் வரை சுண்டக்காய்ச்சு
பாரடா கஷாயத்தில் நாழி வாங்கி
மைந்தனே மறுசட்டி வைத்துக் கொண்டு
கொண்டிடுவாய் கோழிரெத்தம் விட்டுமைந்தா
குணமான திப்பிலியின் பொடியும் கூட்டு
இண்டிரு போதருந்த ஒரு வைப்பதானால்
இரவிமீதியில் பன்னுள்ள கஷாயம் தன்னில்
பாகமாய் அண்டமெல்லாம் இடித்தாற்போலே
பதிவான படுவற்மம் அடங்கல் தீரும்
வேகமாய் மாண்டிடுமே சயரோகங்கள்
மேனோவு ஈழையோடு சயரோகங்கள். (2)

கண்டை வேர், ஆடாதோடை, பனை வேர், ஓரிலை மூலி, இசங்கு வேர், ஏகதுணைவாழை செந்தட்டி (எல்லாம் வேர்கள் என்பது தெரிந்து கொள்ளவும்) எல்லாவற்றையும் நன்றாக இடித்து எடுத்துக் கொண்டு ஒரு குறுணி நீரில் போடவும்.

அதிமதுரம்	1 பலம்
சுக்கு	1 பலம்
கொம்பரக்கு	2 பலம்

இவற்றையும் இடித்து அந்த நீரில் போட்டு அது பாதி யாகும்வரை வற்றக் காய்ச்சி

அந்தக் கஷாயத்தில் ஒரு பாதியை ஒரு மண் கலயத்தில் எடுத்துக் கொண்டு அதில் கோழியின் இரத்தத்தை விட்டுத் திப்பிலி பொடித்துப் போட்டுக் கிளறிக் குடித்து வந்தால் படுவர்மம் நீங்கும். சய ரோகங்கள், ஈழை உடல் வலி, குத்தல், குடைச்சல் யாவும் நீங்கும்.

வேறு வகை கஷாயம்

ஆலைதிரிகடுகு மதுரம் தேவதாரம்
அழகான கொம்பரக்கு சீரகம்
வாலை என்ற கொத்தமல்லி கிரிசாத்து
வளமான திப்பிலி ஈருள்ளியோடு
சாலை இவை வகைமூன்று களஞ்சுவீதம்
கனமான குறுந்தொட்டி கொடுப்பைமூலம்
பாலைவனப் பூண்டு வல்லாரை இசங்குபண்டு
கண்டங் கத்தரிதூது வளையாமே. (1)

திரியான ஆடாதோடை பொடுதலையும்
தீங்கு வராதிம்மருந்து பலம்தானொன்று
வரியான செந்தெங்கு இளநீர் வெள்ளம்
வகைவகைக்கு பலமதுவே பத்துமாகுல்
பரியான மருந்தெல்லாம் சேர்த்து வாங்கி
பத்திரமாய் வெள்ளத்தில் கஷாயம் செய்யே
சரியாக முன்நாழி யாகும்போது
சாற்றினோம் மறுநாள் தயவாய் கொள்ளே. (2)

சாரப்பா சயம்மாறும் கபங்கள் மாறும்
சுலிப்பான ஏப்பிளைப்பு விதமே மாறும்

நேரப்பா சுமை மாறும் புளிப்புகாந்தம்
நெஞ்சுணர்வு தீருமப்பா நிசமாய் சொன்னேன்
பாரப்பா பெறும் வகையெல்லாந் தீரும்
பரமபிதாவினடி வணங்க வேண்டும்
சேரப்பா செய்குருவின் பாதம் போற்றி
பெருமையுடனறிந்து நீ பெருமை சொல்லே. (3)

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், தேவதாரம், கொம்பரக்கு, சீரகம், கொத்தமல்லி (தனியா) கிரிசாத்து, திப்பிலி, வெங்காயம், கரிசாலை ஆகியவை வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு - (ஒரு கழஞ்சு நாற்பது குன்றிமணி எடை)

குறுந்தொட்டி, கொடுப்பை வேர், பாலை வனப் பூண்டு, வல்லாரை, இசங்கு, கண்டங்கத்திரி, தூது வளை, ஆடாதோடை, பொடுதலை, இவையெல்லாம் வகைக்கு ஒரு பலம்.

இந்தப் பத்துச்சரக்கும் வகைக்கு ஒரு பலமாக செவ்வின நீரில் போட்டுக் கஷாயம் வைக்கவும்.

இதை எடுத்து வைத்திருந்து மறுநாள் அருந்த சயம், கபம, ஏப்பம், இளைப்பு, இருமல், நெஞ்சில் சுமையாக இருத்தல், புளிப்பு, காந்தல், நெஞ்செரிவு எல்லாநோய்களும் நீங்கும். பரமபிதாவாகிய கடவுளின் திருவடிகளை வணங்கி குருவின் பாதம் போற்றி மருந்தை அருந்துவாயாக.

சுவராதி எண்ணெய்

சொல்லவே திரிகடுகு பலம்தானொன்று
சொல்பெரிய மதுரமொடு தேவதாரம்
நல்லதொரு அரத்தையொடு கோட்டம்தானும்
நாற்றம்புல் அமுக்கரா இவைகள் ரெண்டும்
பல்புகள் கீதுடனே முத்துச் சிப்பி
வகையான இருவேலி மிச்சு தேக்கு
எல்லைபெறும் மேல் மணிக்குந் திரிகம்
இயல்சனி நாயகம் நாகப்பூவும் தானே. (1)

தானே கேள் சுண்டி வெள்ளை பூகாய்மோதம்
தயவான வதிநாகம் வேப்பம்பட்டை
மானேகேள் காயமொடு கிறிச்சாத்து
மயமான கருஞ்சீரகம் தக்கோலம்

தேனேகேள் திரிசாதி ஏலம் குப்பை
சிறந்த கடல்நுரையும் சிறுநாகப்பூ
நானே சொல் மருந்தெல்லாம் இடித்து நன்றாய்
நலம்பெறவே வகைவகைக்கு களஞ்சுரெண்டே. (2)

ரண்டான ஆவின்நெய் இரவிமதி புங்கெண்ணை
தென்னை நெய்யும்
கொண்டான் விளக்கெண்ணெய் ஐந்துங்கூட்டி
குணமாக வகை வகைக்கு படிதான் ஒன்று
நன்றான ஆவினுட நல்ல பாலும்
நலமான மேதிப்பால் தேசிப்பாலும்
ஒன்றான முலைப்பாலும் வாங்கித்தானே
ஓகோகோ சுவராதி எண்ணெய் சொல்வேன். (3)

எதுவான நிம்பளச்சாறு என் மகனே.
எட்டிச்சாறும் மட்டிச்சாறும்
அதுவான வேப்பற்றி பழத்தின் சாறும்
ஆகவே ஒருபடி ஒன்றாய் எடுத்து
இதுவான சந்தனமும் வேங்கை காதல்
இயல்கருங்காலியும் பொன்னாலரையின் பட்டை
பதிலதி விதியால் அரசுப்பட்டை
மாகுறுந்தட்டி வகைவகைக்குப் பத்தாமே. (4)

ஆகவே நால்மரக்கால் நீர் கஷாயம் செய்து
அடைவான ஐநாழியாக்கிக் கொண்டு
வாகவே பெரிதான உருளிதன்னில்
வகையான மருந்துமுதல் எண்ணெய்பாலும்
போகவே கஷாயமது சேர்ந்தபின்பு
பொங்கமுடன் எருகாலையு மேனி நொச்சி
தாகவே கைதோன்றி சுங்குக்குப்பி
தயவுடனே வகைவகைக்குப் படிதான் பாதி (5)

பொங்கியே போகாமல் அணைக்கட்டி
பொருந்தவே தீமூட்டி பரம போர்த்து
மங்கிடா சட்டமுடன் வெட்டிவேரும்
வகையான பளம்பாசி மிச்சத்தாலே
எங்குமொரு நிலையான கடவுளுக்கு
எண்ணெயதை வடிகட்டி பூசைசெய்யே. (6)

செய்யவே அந்திசந்தி பத்துநேரம்
செயலாக நல்லவென்னீர் முழுகச் சொல்லு
யவே இத்தையிலம் செய்யும்போது
கண்டதொரு படுவற்மம் பன்னிரெண்டும்
உய்யவே தொடுவற்மம் தொண்ணூற்றாறும்
உயர்ந்ததொரு படிவற்மம் எல்லாம் தீரும்
ஐயவே- -
- புதுமை இதை (7)

கொள்ளப்பா வாதபித்த சிலேத்பனங்கள்
கொடிதான சூனியங்கள் கடிவிஷங்கள்
பள்ளப்பா பேய்பூதம் பைசாசானாலும்
பலநரம்பு தேற்றமுடன் பருசானாலும்
நல்லப்பா பைத்தியங்கள் பலதுக்கெல்லாம்
நலமாக நானுரைத்தேன் தைலம்தன்னை
வள்ளப்பா வைத்திருந்து சிரசோடெங்கும்
வளமாக பூசிடுநீ பத்து நேரம். (8)

திரிகடுகு - அதாவது சுக்கு மிளகு, திப்பிலி, வகைக்கு 1 பலம்
அதிமதுரம்
தேவதாரம்
சிற்றரத்தை
கோட்டம்
நாற்றம் புல் = மணப்பால்
அமுக்கரா
கிது - கிரி சாத்து.
முத்துச்சிப்பி
இருவேலி
விளாமிச்சு
சிறுதேக்கு
மேல்மணி (விளங்க வில்லை) உத்தாமணி என்ற
வேலிப்பருத்தியாக இருக்கலாம்.
குந்திரிகம்
சனிநாயகம்
நாகப்பூ
சுண்டி பூ, காய், மோதம்
அதி நாகம் விளக்கவில்லை - ஒதிநாகம் என்று பாடம்

சிலபிரதிகளில் காணப்படுவதால் ஓதியம்பட்டை, நாகப்பட்டை.
வேப்பம்பட்டை
பெருங்காயம்
கிறிச்சாறு (கிரிசித்துப்பட்டை)
கருஞ்சீரகம்
தக்கோலம்

திரிசாதி என்றது திரிபலாதி அல்லது நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய்

ஏலம்
சதகுப்பை
கடல் நுரை
சிறுநாகப்பூ
இந்தச் சரக்குகளை யெல்லாம் தனித்தனியாக இடித்து
வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொண்டு
பசு நெய்
இரவி மதி - வேம்பெண்ணெயாக இருக்கலாம்.
புங்கெண்ணெய்
தேங்காய் எண்ணெய்
விளக்கெண்ணெய்

இந்த ஐந்து வகை எண்ணெய்களும் வகைக்கு ஒரு படி வீதம் சேர்த்துக் கொண்டு

பசுவின் பால்
எருமைப் பால்
கழுதைப் பால்
தாய்ப் பால்
இந்த நான்கு வகைப் பால்களும்

எலுமிச்சம் பழச்சாற
எட்டிச் சாறு
கும்மட்டிக்காய்ச் சாறு
வேப்பம் பழச்சாறு
வகைக்கு ஒரு படி வீதம் சேர்த்துக் கொண்டு

சந்தனப் பூ, பட்டை
வேங்கைப் பூ பட்டை
காந்தப் பட்டை
கருங்காலிப் பட்டை

பொன்னாவாரைப் பட்டை
ஆலம்பட்டை
அரசம்பட்டை
குறுந்தொட்டிப் பட்டை

வகை வகைக்குப் பத்துப் பலம் இவற்றை இடித்து நான்கு மரக்கால் தண்ணீரில் போட்டு சுண்டக்காய்ச்சி ஐந்து நாழியாகக் குறுக்கி ஒரு பெரிய உருளியில் (வட்டமான பாத்திரம்) வார்த்து அதனுடன் முதலில் சொன்ன மருந்துச் சரக்குகள், எண்ணெய்கள், பால்வகை யாவும் சேர்த்து ஆமணக்கிலை, குப்பைமேனி இலை, நொச்சி இலை, வல்லாரை, கொடுப்பை, வெற்றி, மருதோன்றி, சங்கங்குப்பி, இவ்வகை இலைகளைப் பிழிந்த சாறு வகைக்கு அரைப்படி வீதம் ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்சும்போது பொங்கிப் போகாமல் பார்த்துக் கொண்டு பதமாக வருகையில்

புனுகுச் சட்டம்
வெட்டிவேர்
பழம்பாசி
விலாமிச்சம் வேர்

சேர்த்து வடிகட்டி கடவுளுக்கு பூசை செய்து எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, காலை, மாலை பத்து நேரம் நல்ல வெந்நீரில் முழுகவும். இத்தைலத்தால் படுவர்மம் பனிரெண்டும். தொடுவர்மம் தொண்ணூற்றாறும் எல்லாம் ஓடிப் போய் விடும். வாத பித்த சிலேத்தும ரோகங்கள் யாவும் தீரும் பிறர் வைத்த சூனியங்கள், கடிவிஷங்கள், பேய் பூதம் பிசாசுகளின் உபத்திரவங்கள் பைத்தியம் எல்லாம் தீரும். பத்து நேரம் உச்சிமுதல் உள்ளங்கால் வரை தைலத்தை நன்றாகத் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்க சகல ரோகங்களும் நீங்கி குணம் உண்டாகும்.

மெழுகு

நேரமாம் குறுந்தட்டி கூவளம்தான்
நிசமான சங்கு குப்பி எட்டி வேரும்
வாருமந்த வகைவகைக்கு பலமதாகும்
வளமான மருந்தெல்லாம் சதைத்துவாங்கி
ஆருமந்த நால்மரக்கால் நீர் கஷாயம் வைத்து
அழகாக நாழியது வாங்கிக் கொண்டு
காருமந்த வல்லாரைச் சாறுநாழி
கருத்தாக நல்லெண்ணெய் படிதான் சேரு

சேருநீ சீரகம் பலம்தானொன்று
சித்திரமா மகாமேதை களஞ்சுசேரு
காருநீ அதுதன்னை மெழுகாய் வாங்கி
வகைவகையாய் மேலிட்டுத் தடவுவாயே
சீருநீ இதுதன்னை மெழுகு நன்றாய்
சித்திரம்போல் ஒடிமுடங்கல் எல்லாம்போமே
வேறுநீ விஷநரம்பில் குற்றம் தீரும்
விஷமான காச்சலுட விஷமுந்தீரும்
- -
கோச்சலுடன் கொளுவுந் தீரும் தீரும். (5)

குறுந்தொட்டி, கூவிளம், சங்கங்குப்பி, எட்டிவேர் வகைக்கு ஒரு பலம். எடுத்து நன்றாக இடித்து எடுத்துக் கொண்டு நான்கு மரக்கால் நீர் வார்த்துக் கஷாயம் வைத்து அதில் ஒருநாழி எடுத்துக் கொண்டு.

வல்லாரைச் சாறு ஒரு நாழி வார்த்து அதனுடன் ஒரு படி நல்லெண்ணெய் ஊற்றி.

சீரகம் ஒரு பலம், மகா மேதை (மகாமேதை - மருளுமத்தை) ஒரு கழஞ்சு சேர்த்து அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு உடம்பில் தடவி வர எலும்பு முறிவு, கை கால் முடக்கம், விஷ நரம்பின் குற்றம், காய்ச்சலால் உண்டான விஷம், யாவும் நீங்கும்.

குமரி எண்ணெய்

தீருமடா குமரிச்சாறு நாழி வாங்கி
திறமான ஆவின்நெய் படிதானொன்று
வாருமடா சீரகம் ஏலம் சுக்கு
வகையான திப்பிலியும் மதுரம்தானும்
சீருமடா மருந்தெல்லாம் பொடித்து வைத்து
திறமான எண்ணெய் மெழுகாய்
பாருமடா எண்ணெய் அதை மெழுக நன்றாய்
பத்திரமாய் ஒடி முறிவு தடவலாகும். (1)

ஆகுமிந்த பச்சையாம் வறுமமெல்லாம்
தயவாக தீர்ந்துவிடும் தரணிமீதில்
ஏகுமிந்த குமரிஎண்ணெய் கொண்டபேர்க்கு
பொல்லாங்கே இல்லையடா கொழுக்கும்தேகம்
குழந்தைகட்கும் கெற்பிணிகட்கும் 'கரண்டிவீதம்
கோணாமல் கொடுத்திடுவாய் குமரிஎண்ணெய்.

சோற்றுக் கற்றாழைச்சாறு 1 நாழி, பசுநெய் 1 படி, சீரகம் 30 கிராம், ஏலம் 30 கிராம், சுக்கு 30 கிராம், திப்பிலி 30 கிராம், அதிமதுரம் 30 கிராம்.

மேற்கூறிய கடைச்சரக்குகளை நன்றாகப் பொடித்துச் சாறு விட்டு நெய்யுடன் நன்கு காய்ச்சி மெழுகுபதமாக வடித்து வைத்துக் கொண்டு ஓடிவு முறிவுக்குத் தடவ சகலமான வர்மங்களும் தீரும். மேலும் சிறுவர்களுக்கு வரும் கணைரோகம் தீரும். குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகள், முதலியோர்க்கு ஒரு கரண்டி வீதம் கொடுக்க உடல் நன்கு வளர்ச்சி அடையும் சகலமான வர்மத்திற்கும் குமரி எண்ணெய் மிகச் சிறந்தது.

ஒத்தடம்

தேங்காய் துருவின பூவும் வெங்காயம் மெல்லிதாக நறுக்கிய பொடியும் சேர்த்து ஒரு வெள்ளைத் துணியில் வைத்துக் கொண்டு நன்கு சூடேற்றிய வெங்கச் சங்கல்லை அதன்மேல் வைத்துத் துணியைக் கிழியாய்க் கட்டி எடுத்து ஒத்தடம் கொடுக்க வலி நீங்கும்.

வறுமத்துக்கும் சூலைக்கும் தைலம்

சந்தனம்	10 கிராம்	கொடுப்பைசாறு	2 படி
செஞ்சந்தனம்	"	விராலிச்சாறு	2 "
கோட்டம்	"	குமரிச்சாறு	2 "
கோரோசனை	"	பசு நெய்	2 "
அதிமதுரம்	"	நல்லெண்ணெய்	2 "
சுக்கு	"	முத்தெண்ணெய்	2 "
மிளகு	"	இளநீர்	3 "
வால்மிளகு	"	வில்வவேர் கழிஞ்சு	5 படி
சிறுநாகப்பூ	"	குறுந்தட்டிவேர்	"
மதனகாமப்பூ	"	துளசிவேர்	"
கடுக்காய்	10 கிராம்	சீந்தில்வேர்	"
தான்றிக்காய்	"	செந்தட்டி வேர்	"
நெல்லிக்காய்	"	நன்னாரி வேர்	"
ஆறுவகை அரிசி	"	ராமிச்சை வேர்	"
புனுகுச் சட்டம்	"	கருஞ்சாரை வேர்	"
பசுவின் பால்	3 படி	கொடுப்பை வேர்	"
தாளிச்சாறு	2 "	கீழாநெல்லி வேர்	"
வீழிச்சாறு	2 "	வீராணிக் கிழங்கு	"

(ஒரு கழஞ்சு என்பது நாற்பது குன்றிமணி எடை)

இம்மூலிகைகளை எடுத்து நான்கு மரக்கால் நீர்விட்டு அடுப்பில் வைத்து எட்டில் ஒன்றாகச் சுண்ட வைத்து வடித்துக்கடை மருந்துகளை கஷாயத்தில் அரைத்துக் கலக்கிக் கொள்ளவும். முதலில் சாறும், இரண்டாவதாகப் பாலும், மூன்றாவதாகக் கஷாயமருந்தும், நான்காவதாக எண்ணெயும் வார்த்து காய்ச்சி எண்ணெய்ப் பருவம் வெற்றிலையில் பார்த்து வெற்றிலை அகம் பொட்டினவுடன் வடித்து தேய்க்கவும். (காய்கிற எண்ணெயில் ஒரு சொட்டு எடுத்து வெற்றிலை மேல் வைத்தால் வெடிக்க வேண்டும். அல்லது சுரீர் என்று சருங்க வேண்டும்).

வறுமத்துக்கும் வலிக்கும் தைலம்

வேப்பெண்ணெய் படி 2 கோரோசனை (களஞ்சு -3)
பசுவின் பால் படி 2 காஞ்சிரம்பழம் - 40
செவ்விளநீர் படி 3

காஞ்சீரம் பழத்தில் உள்ள களியும் எண்ணெயும் மற்ற மருந்தும் விட்டுக் காய்ச்சிப் பக்குவத்தில் வடித்து தேய்க்கவும் வறுமத்தினால் உண்டான வலி தீரும்.

சகல வறுமத்துக்கும் கஷாயம்

அனுகியே வற்மம்தீர அறைகிறேன் கூஷாயம் ஒன்று
நணுகியே இசங்கு தோடை நறுநன்றி துளசி கொத்தான்
தனுகிறு அமுதோடே சதாவேலி வில்லை அணங்கு
பனிமிகு கண்டனோடு பார்த்திபன் பதினொன்றாமே. (1)

பதினொன்றும் வேர்வகைக்கோர் பலம் எடுத்துக் கொண்டு
கதிர்பெறு சுக்கு, மூலம், மாசிக்காய், சீரகம், மல்லி
கதிர்பெறு கோட்டம் ஏலம், தாளிசபத்திரி கிராம்பு
அதிமதுரம், திப்பிலி பனிரெண்டுமா மே. (2)

ஆமொன்று பலமரையும் அப்பனே`தேனில்
நாமுனக் கென்ன செய்வோம் நடுங்கியே தொழுதிறைவு
காமுறு முறுகுச்சூலை குணமங்கை மசகாம் தீரும்
மேல் நூலாய்ந்து பொதிகை மாமுனி சொன்னார் பாரே. (3)

இசங்கு, ஆடாதோடை, நறுநன்றி, துளசி, முடக்கொத்தான், அமுக்கரா, சதாவேரி, வில்லை, அணங்கு, கண்டங்கத்திரி, பார்த்திபன்.

இப்பதினொரு வகை வேர்களும் வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் எடுத்துக் கொண்டு, சுக்கு சித்திர மூலம், மாசிக்காய், சீரகம், கொத்தமல்லி, (தனியா), கோட்டம், ஏலம், தாளிசபத்திரி, கிராம்பு, அதிமதுரம், திப்பிலி ஆகிய பனிரெண்டு சரக்குகளும் வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்துப் பொடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொண்டு கஷாயத்தை அருந்திப்பின் சூரணத்தைத் தேனில் குழைத்து உண்ண எல்லாவிதமான சூலை நோய்களும் வலிகளும் தீரும்.

குறுந்தொட்டி எண்ணெய்

குடங்கியே வறுமத்தால் எடுத்தரோகம்
குறுந்தொட்டி எண்ணெய் ஒன்று கூறக்கேளாய்
தொடங்கியே குறுந்தொட்டி தளதளா
சொல்லரிய நறுநன்றி இசுங்கின் வேரும்
அடங்கலுமே வகைவகைக்கு பலம்தானப்பா
அப்பனே சிறுகுறுணி எட்டிலொன்றாக்கி
நடுங்கியே கோவையொடு முசுமுசுக்கை
நாயகமே வில்லைவகை சாறுநாழி. (1)

சாறுடனே கடைமருந்து சொல்லக்கேளாய்
சாதிக்காய், அதிமதுரம், கோட்டம், ஏலம்
வாறுடனே தேவதாரம், இனிய சீரகம்
மாசிக்காய், குரோசானி, கிராம்பு, மூலம்
கூண்டுடனே வகைவகைக்குக் கழஞ்சுமூணு
குணமான நல்லெண்ணெய் படிதான் இரண்டு
மெழுகு பருவத்தில் வடித்துத் தேய்த்தால்
கருதியே வெந்நீர்விட வறுமம்தீரும். (2)

வீச்சுடனே வலி இடுப்பு நடுக்குவாதம்
மேலான சிரசதிலே விறையல் விக்கல்
மூச்சுடனே நடுநடுகம் அடைப்பு முட்டி நடுகம்
மோதுகின்ற நோய்களெல்லாம் முடிந்தே போகும்
ஆச்சரியம் குறுந்தட்டி எண்ணெய்யப்பா
அகத்தீச முனிவருட பாடம்தானே.

குறுந்தொட்டி, தளதளா, நறு நன்றி, இசுங்கு நால்வகை வேர்களும் வகைக்கு ஒருபலம் போட்டு ஒரு குறுணி தண்ணீர் வார்த்து அடுப்பேற்றி எட்டில் ஒன்றாய்க் குறுக்கி எடுத்துக்கொண்டு.

கோவை, முசு முசுக்கை, வில்லைச் சாறு வகை நாழி வீதம் எடுத்துச் சேர்த்து.

சாதிக்காய், அதிமதுரம், கோட்டம், ஏலம், தேவதாரம், சீரகம், மாசிக்காய் குரோசானி, ஓமம், கிராம்பு, சித்திர மூலம் ஆகிய கடைச் சரக்குகள் வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு வீதம் பொடித்துப் போட்டு கஷாயம், இலைச்சாறு எல்லாவற்றையும் இரண்டு படி நல்லெண்ணெயில் ஊற்றிநன்கு காய வைத்து மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு அந்தத் தைலம் தேய்த்து வெந்நீர் விட்டுக் குளிக்க எல்லாவித வர்ம நோய்களும் தீரும். இடுப்பு வலி, நடுக்கு வாதம், மண்டைக் குத்தல், மூச்சடைப்பு, விக்கல், மூட்டுவலி போன்ற நோய்களெல்லாம் ஓடியே போகும். இது அகத்தீசர் அருளிய முறையாகும்.

திருமேனி எண்ணெய்

திறம்பெரிய திருமேனி எண்ணெய் ஒன்று
செப்பக்கேள் செப்புகிறனே் மேனிச்சாறு
தைலாகாயின்சாறு திறமான ஆவாரைகுல மலிச்சாறு
நற்றமிழால் மரக்கொடிச்சாறு நாவுரிச்சாறு
நன்மையுடன் வேலிப்பருத்திச் சாறும்தான்
நாயகமே குறுந்தொட்டிசாறு கையாஞ்சாறு
நலம்பெரிய முசுமுசுக்கை இலுமிச்சஞ்சாறு
கோரையரே எரிச்சி என்ற கஞ்சாவேரும்
கருடக் கொடிவேரு பீங்கான் பிஞ்சு
நன்னாரி கொற்றவனே திறமாய் சேரே
சேர்திடவே கற்கவகைச் செப்பக் கேளு
திறமான சாதிக்காய் சாதிபத்திரி
தீர்கமுடன் கருஞ்சீரகம் கார்கோலம்தான்
குணமுடனே துத்தமுடன் துருசுகட்டி
சொல்லாதே நற்சீரகம் கொட்டம் ராமிச்சி
தேவதாரம் சந்தனம் நிலவரமாய் மேதகஸ்தூரி
சேரப்பா மதுரமொடு கோரோசனையும்
தீர்க்கமுடன் அபின் வெள்ளைக் குந்திரிகமாமே
ஆமேகொள் வகைக்குசாறு வுழக்கதாக
அப்பனே கடைமருந்து வகைக்கு களஞ்சு
ஐந்திலே நல்லெண்ணெய் மூன்று நாழியப்பா
அப்பனே மெழுகுபதம் தன்னில் காய்ச்சி

அடவாகத் தேய்த்திட தீர்க்கும் நோய் கேள்
கேளப்பா உச்சிவறுமத்தால் எழுந்த நோய்கள்
சன்னிமுதல் மண்டைக்குத்து மண்டைஇடி
அப்பனே மாற்றான்தான் செய்துவிட்ட வறுமமெல்லாம்
கேளப்பா நரம்புபிடி தாது நஷ்டம்
திமிர்துமேலெல்லாம் அலவாடிச் சென்னியிலே
கொண்ட நோய்கள் ஆயாசம் கிரகமுடன் கிறுக்குமாறும்
அப்பனே உள்தளர்ச்சை கபமும் மாறும்
மாறாத உச்சிவலி உச்சிக்குத்து
ஊக்கமுடன் வறுமத்தால் கொண்டதெல்லாம்
உண்மையாய் தீருமென்று உறுதி கொள்வோமே. (7)

குப்பை மேனிசாறு	250 M.L.	சாதிக்காய்	10 கிராம்
தைவேளையின் சாறு	"	சாதிபத்திரி	"
ஆவாரைச் சாறு	"	கருஞ்சீரகம்	"
குலாமலிவ் சாறு	"	கார்கோலம்	"
மரக்கொடிச்சாறு	"	துத்தம்	"
நாயுருவிச்சாறு	"	துருசு	"
வேலிப்பருத்தி சாறு	"	கோஷ்டம்	
குறுந்தொட்டி சாறு	"	சீரகம்	"
கரிசாலைச் சாறு	"	விளாமிச்சவேர்	"
முசுமுசுக்கை சாறு	"	தேவதாரம்	"
எலுமிச்சை சாறு	"	சந்தனம்	"
கஞ்சாவேர்	10 கிராம்	கஸ்தூரி	"
கருடக்கொடிவேர்	"	கோரோசனை	"
நன்னாரிவேர்	"	அதிமதுரம்	"
		வெள்ளைகுங்கிலியம்	"
		அபின்	"

சாறுகளை ஒன்றாய்க் கலந்து அடுப்பேற்றி நீர் சுண்டியபின் கடைச்சரக்குகளை இடித்த சூரணத்தைப, போட்டு நல்லெண்ணெய் ஒன்றரை லிட்டர் ஊற்றிக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். உச்சிவறுமம், சன்னி, மண்டைக்குத்து, இடி, நரம்புப்பிடி, தாது நஷ்டம், திமிர்வாதம், சன்னி நோய், கிறுக்கு, கபம், உள்வர்மம் உச்சிகுத்து முதலியன தீரும். கண்ணொளி பெறும்.

முறிவு யெண்ணெய்

அடவுடனே வெட்டுண்ட புண்ணானாலும்
அப்பனே மரமேறி விழுந்தென்றாலும்
திடமுடனே தீன்முறிவால் வந்ததானால்
திட்டேறி திடலேறி முறிந்து போனால்
படபடயென்று நொந்து விழுந்து போனால்
பனையேறி விழுந்தொடிந்து சிதறிப் போனால்
எந்தெந்த வகையிலே முறிவுண்டாலும்
எண்ணெய் ஒன்று அறிந்துரைத்து கூறுவோமே. (8)

எண்ணெய் ஒன்று கூறுவேன் ஆலம்பால் குறுணியாகும்
குறுந்தட்டி நன்னாரி ஊச்சிகாளி
போதும் சிவதை விண் பிசினியெல்லாம் சேர்ப்போமே
அறகமும் ஆலொடுகுனு கறணீ எண்ணெய்
அழகான நல்லெண்ணெய் தனில் காய்ச்சி
பேர் பெற பச்சை சிறுளிக் கெட்டித்தேற்றி
விறகு இந்த எண்ணெயில் ஊறும்பாரே. (9)

வெட்டுப்பட்ட காயம் ஆனாலும், மரத்திலிருந்த விழுந்ததனால் ஏற்பட்ட புண் ஆனாலும், திட்டுத் திடலேறி விழுந்ததால் கை, கால், முறிந்து போய் ஏற்பட்ட காயம் ஆனாலும். பனை, மரத்திலிருந்து விழுந்ததால் பட்ட ஒடிவு முறிவு காயங்களானாலும் எல்லாவற்றுக்கும் ஒரு எண்ணெய் கூறுகிறேன்.

அடிகள், குத்துகள், நோவுகும், பூச்சுமருந்து

வெள்ளைகுன்றிசாறு -	1 ஆழாக்கு.	சுக்கு. கருஞ்சீரகம்
பாவட்டம் சாறு -	" "	வெள்ளுள்ளி கடுகு
வேலிப்பருத்திச் சாறு -	" "	வசம்பு

கட்டிச் சுண்ணாம்பு, வெந்தயம், ஓமம், சதகுப்பை 1 இம்மருந்துகளை சாற்றில் அரைத்து கொதிப்பித்து பூசவும்.

உள்ளுக்கு கஷாயம்

அதிமதுரம்
வெள்ளைக் குந்திரிகம்
வேலிபருத்தி இலை

இவைகளை சிதைத்து நாழிநீரில் கஷாயமிட்டு உழக்காக வற்ற வைத்து இரண்டு நேரம் கொடுக்கவும்.

குறுந்தொட்டி எண்ணெய்

குறுந்தொட்டி வேரினை எடுத்து. இடித்து அரைப்படி தண்ணீரில் போட்டு நான்கில் ஒன்றாகக் குறுகும்படி காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்பு

கோட்டம்
சந்தனம்
முத்தங்காய்
சீரகம்
கிரிசாத்து (நிலவேம்பு)

முசுக்காய் (முசுக்கை) வகைக்கு 5கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, நன்றாக இடித்து. மேற்கூறிய கசாயம் விட்டுப் பசுமையாக சுடவைத்து இறக்கவும் இவ்வாறு மூன்றுநாள் செய்தபின் மூன்றாம் நாள் வடித்தக் கொள்ள இத்தைலத்தை ஒரு கரண்டி வீதம் குடிக்கக் கொடுத்து வர வர்ம நோய்கள் மாறும். பத்தியம் புளி ஆகாது. இத்தைலத்தை உடலில் தேய்த்து வென்னீரில் குளிப்பது நலம்.

2. வில்லை வேர் தைலம் (அல்லது) அச்சுவாரி தைலம்

வில்லை வேர்,
குறுந்தொட்டிவேர்

இவற்றை வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு வீதம் எடுத்து நன்கு இடித்து, ஒருபடி தண்ணீரில் போட்டு, எட்டுக்கு ஒன்றாகக் குறுக்கி, இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு

கோட்டம்
அதிமதுரம்
ராமிச்சு
செஞ்சந்தனம்
குறுந்தொட்டி தோல்
அருகன் புல் வேர்

முத்தங்காய்கிழங்கு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, முன்கூறிய கசாயத்தினை விட்டு அரைத்து எடுத்து அதில் ஒருபடி நல்லெண்ணெய் விட்டு சுடவைத்து இறக்கவும். மூன்று நாள் இவ்வாறு செய்தாள் மூன்றாம் நாள் வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை, வர்ம அடிபட்ட இடங்களில் தேய்த்து, வென்னீரில் குளிக்கவோ, அல்லது சூடுபிடிக்கவோ செய்தால் வர்ம நோய்கள் தீரும். இத்தைலத்தை ஒரு கரண்டி வீதம் உள்ளுக்குக் குடித்தால் பத்தியம் தவறாது காப்பது மிகவும் அவசியம். உப்பு, புளி சேர்க்கவே கூடாது.

3. கருமுனி எண்ணெய்

கருமுனி என்பது கருமையான பெட்டைக் கோழியாகும், கருத்த சாதியைச் சேர்ந்த பெட்டைக் கோழி ஒன்று வாங்கித் தலைகால்களை வெட்டிவிட்டு, சிறுமுடிகூட இல்லாமல் களைந்து, கோழியின் சங்கெலும்பு, குடல், பித்து இவற்றை அகற்றி விட வேண்டும். பின்பு.

கடுகு
வெள்ளுள்ளி
முருக்கன் கொழுந்து
வேப்பங் கொழுந்து இவற்றை நாலுபிடி எடுத்து, உரலில் இட்டு, இடித்து உருட்டி கோழியின் வயிற்றில் திணித்து அடைக்க வேண்டும்.

அதன் பின்பு ஒரு பெரிய பானையில் சிறிதளவு தண்ணீர்விட்டு, அதில் ஐந்து பலம். வேப்பம் பட்டை, நான்கு பலம் குறுந்தொட்டி வேர், போட்டு அதன் பின்பு பானையினுள்ளே உள்ள தண்ணீருக்கு மேலே குறுக்காக வேப்பங்கம்புகளை அடுக்கி அதன்மேல் கோழியை வைத்துப் பானையை மூடி, ஆவி வெளியே போகாமல் பழஞ்சீலையால் மூடியோடு சேர்த்துச் சுற்றி துணியில் சளிமண்ணைப் பூசி, அடுப்பில் வைத்துத் தீப்போட வேண்டும். வேப்பம்பட்டை, குறுந்தொட்டி வேர், க்சாயத்தின் நீராவி கோழியின் உடலைத் தாக்குவதால், அதிலுள்ள சத்தும் கோழியின் வயிற்றில் இருக்கும் மருந்துகளின் சத்தும், கசாயத்தில் இறங்கும். நன்றாக வெந்த பிறகு பானையை இறக்கி கோழியிலுள்ள எலும்பை நீக்கிவிட்டு அதைப் பிழிந்து கசாயத்தில் சேர்க்க வேண்டும். அதேபோல் கோழியின் வயிற்றில் வைக்கப்பட்ட மருந்துகளையும் பிழிந்து கசாயத்தில் சேர்க்க வேண்டும். அதன் பிறகு இந்தக் கசாயத்தோடு 5 முட்டைகளை உடைத்துவிட்டு, அதோடு அரைப்படி வேப்பெண்ணெயும் கலந்து கொண்டு,

சுக்கு
நல்ல மிளகு
திப்பிலி
சாதிலிங்கம்
அறுவகை அரிசி (வெப்பாலை அரிசி, விளா அரிசி, சிறு புன்னை அரிசி, உலுவா அரிசி, கொத்தம்பால் அரிசி, திப்பிலி அரிசி)
சீனப்பா - (பரங்கிப்பட்டை)
இவற்றை எடுத்து நன்கு இடித்து, மாவாக்கி வஸ்திரகாயம் செய்து (துணியில் சலித்து வடிகட்டி) கசாயத்தோடு சேர்த்து மெழுகு பருவம்

வரும் வரை காய்ச்சி வடித்துச் சிவபூசை செய்து. வர்ம நோயாளிக்கு ஒரு துட்டுக் காசு, அளவு (மூணே முக்கால் குன்றி எடை) குடிக்கக் கொடுத்து வந்தால் வர்ம நோய் குணமாகும். முருங்கையிலை சோறு மட்டுமே கொடுக்க வேண்டும். கருவாடு சேர்க்கவே கூடாது. உப்பை வறுத்துச் சேர்க்கலாம். புளி சேர்க்கவே கூடாது. இத்தைலத்தை அருந்தும்போது மூன்று வேளை வெறும் சோற்றுப் பருக்கை மட்டுமே உண்ண வேண்டும். நான்காம் வேளை தான், சிறிது வென்னீர் அருந்தலாம். பத்தியம் சிறிதளவு தவறினாலும் நோய் குணமாகாது. மீன், முட்டை, இறைச்சி தவிர்க்கவும். நான்காம் நாள் முருங்கைக்காய் கறி வைத்து (புளி சேர்க்காமல்) கொடுக்கலாம்.

வர்மத்திற்குரிய எண்ணெய்கள்

1. முதல் வகை திருமேனி எண்ணெய்

கண்டடங்கத்திரி
ஆடாதோடை
ஆவாரம் பட்டை
குறுந்தொட்டி
வில்லைவேர்
அருகன்வேர்
செஞ்சந்தனம்

இவற்றை வகைக்கு கழஞ்சு ஒன்று வீதம் எடுத்துக் கொண்டு, 25 படி தண்ணீர் விட்டு, நாலில் ஒன்றாக வற்றக் காய்ச்சி அதில் தேவையான அளவு நல்லெண்ணெய் விட வேண்டும். அதன் பின்பு

நற்சிரகம்	தேவதாரம்
சடாமாஞ்சி	நல்ல மிளகு
அக்கரா	கிரிசாத்து
வால்மிளகு	புனுகு
அமுக்கிரா	கோரோசனை
வில்வவேர்	சாம்பிராணி
குறுந்தொட்டி	சூடம்
சந்தனம்	

இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து நன்றாக அரைத்து மாவாக்கி துணியில் சலித்து எடுத்து, முன்பு இறக்கி வைத்த நல்லெண்ணெய் கலந்து கசாயத்தோடு கலந்து, மீண்டும் அடுப்பில் அனலேற்றிக் காய்ச்ச வேண்டும். வாசனை வீசும் பக்குவத்தில் தடவிய பாத்திரத்தில் வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பிறகு

நல்லெண்ணெய்
எலுமிச்சம்பழச்சாறு

கற்றாழைச் சாறு வகைக்கு ஒருபடி முன்பு வடித்து வைத்த எண்ணெயோடு கலந்து அதோடு

நற்சீரகம்
கிரிசாத்து
அதிமதுரம்

உழிஞைவேர் இவற்றையும் பொடியாக்கிக் கலக்கவும். பின்பு மெழுகு பருவம் வரும் வரை காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு நோயாளிக்கு உள்ளுக்கும் கொடுத்து வெளியிலும் பூசவும். இந்த எண்ணெயை உள்ளுக்குக் கொடுத்தால் பத்தியம் தவறக் கூடாது. புளி, உப்பு தவிர்க்க வேண்டும். இப்படிச் செய்தால் வர்ம நோய்கள் அகலும்.

2. திருமேனி எண்ணெய் (வேறு வகை)

குப்பைமேனி இலைச்சாறு	தைவாளை இலைச்சாறு
நாவாவிலைச் சாறு	சஞ்சீவி மூலிகைச்சாறு
நாயுருவி இலைச்சாறு	சூரி இலைச்சாறு (நத்தகுள இலை நத்தைச் சூரி)
வேலிப்பருத்தி இலைச்சாறு	கையாந்தரை இலைச்சாறு
மொசு மொசுக்கை இலைச்சாறு	எலுமிச்சம் பழச்சாறு
கருஞ்சூரை இலைச்சாறு	

வெள்ளைக் கருடக்கொடி இலைச்சாறு-(தலை வெட்டுக் கொடி)
நன்னாரிச் சாறு (நறு நற்றி)

இவற்றை வகைக்குக் கால்படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பின்பு

ஜாதிக்காய்	பெருஞ்சீரகம்
சாதிபத்திரி	துத்தம்
கிராம்பு	கார்கோல் அரிசி
கடுக்காய்	எலுமிச்சை
தான்றிக்காய்	சந்தனம்
நெல்லிக்காய்	மாலி தாரம் (மாய்க்காய்)
அதிமதுரம்	திரி ஏலம் (மூவகை ஏலம்)
சுக்கு	பவளப்புற்று
நல்ல மிளகு	கோரோசனை
திப்பிலி	அபினி
கருஞ்சீரகம்	குந்திரிக்காய்
நற்சீரகம்	

கடை மருந்துகளை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து முன் கூறிய சாறு கொண்டு அரைத்து நன்றாகக் கலக்கிக் வைக்க வேண்டும். அதோடு தேவையான அளவு நல்லெண்ணெயும் சேர்க்க வேண்டும். பின் இக்கலவையை அடுப்பில் ஏற்றிமெழுகு பதமாகக் கிண்டி இறக்கி வைத்து, சிவபூசை செய்து, உடம்பில் தேய்த்து, வென்னீரில் குளித்துவர வர்ம நோய்கள் குணமாகும். இந்தத் திருமேனி எண்ணெயை உள்ளுக்கும் பருகலாம். பத்தியம் தவறக் கூடாது. இந்த எண்ணெயினால், உச்சி வர்மத்தால் உண்டான நோய்கள், சன்னி, தலைவலி, குத்து, உளைச்சல், நரம்புத்திமிர், அலவாடும் சன்னி வர்மம், கோணல் சன்னி, இளக்கப்படாமல் பல ஆண்டுகளாக உடம்பில் மறைந்திருந்த வர்ம நோய்களும் தள்ர்ச்சி ஆயாசம், மயக்கம் எல்லாம் தீரும். இந்த எண்ணெய் போக முனிவரால் அருளப்பட்டது.

வசிவெண்ணெய்

கற்றாழைச் சாறு	எழுத்தாணிப் பச்சிலைச்சாறு
வில்வ இலைச் சாறு	நல்லெண்ணெய்
	வகைக்கு ஐந்துபடி

ஆவின் நெய். ஆமணக்கெண்ணெய் நான்குபடி குறுந்தொட்டி, நற்சீரகம் வகைக்கு 12 கழஞ்சு எடுத்து ஆவின் பால்விட்டு நன்றாக அரைத்து வைத்துக் கொண்டு, எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலக்கி, அடுப்பில் ஏற்றி நன்றாகக் காய்ச்ச வேண்டும். மெழுகு பருவத்தில் வரும்போது வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதை வர்மமக் கஷாயம் ஏதாவது ஒன்றில் அல்லது இஞ்சிச் சாற்றில் கலந்து கொடுக்க வர்ம நோய்கள் தீரும். அதன் பிறகு ஒரு மண்ணாலான குகைச் சட்டியை எடுத்து அதில், கெட்டுக் கறியுப்பைப் போட்டுத் தீயிட்டு வறுக்க வேண்டும். அந்தக் கறியுப்பு ஊதிவரும்போது ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாற்றினை அதில் விட வேண்டும். கறியுப்பு உருகி ஆடும். நன்றாக உருகி ஆடின பிறகு கீழே வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த எண்ணெயினை நரம்புச் சுளுக்கு, எலும்பு வசைவு எலும்பு ஒடிவு, வர்ம இடிகள் கொண்ட பிணிகளுக்கு அடிபட்ட இடத்தில் போட்டு வரவும் இதுவே வசைவு எண்ணெய்..

வர்ம இளக்கத்திற்கு வல்லாரை நெய்

வல்லாரை மூலிகை நூறு பலம் பச்சையாக எடுத்து, சட்டியிலிட்டு, அதில் எட்டுப் படி தண்ணீர்விட்டு, எட்டொன்றாக வற்றும் படியாகக் காய்ச்சி, வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பின்பு,

சுக்கு	தண்டிக்காய்
ஏலம்	வில்வக்காய்
கச்சோலம்	காரம்
கலங்கொம்பு (கலைமான் கொம்பு)	வெங்காரம்
சாதிக்காய்,	செண்பகப்பூ
தாளிசபத்திரி	குங்குமப்பூ
தேத்தான் கொட்டை	கஸ்தூரி மஞ்சள்
சாதிபத்திரி	இம்பூரல்
வெட்டிவேர்	கிரிசாத்து
கோட்டம்	வால் மிளகு
ராமிச்சு	குடவெப்பால் அரிசி
சீரகம்	

போன்ற கடை மருந்துகளை ஆவின் பாலில் நன்றாக அரைத்து வல்லாரைக் கசாயத்தில் சேர்க்க வேண்டும். இவற்றோடு தேவையான அளவு நல்லெண்ணெயும், ஐந்து படி காராம் பசுவின் நெய்யும் விட்டு ஒன்றாகக் கலக்கி, வைத்து இதமாகக் கிண்டி மெழுகு பதம் பார்த்துக் கெட்டியான பீங்கான் பாத்திரத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். பத்தியம் தவறாது குடித்துவர வர்மம் இளகி, நோய்கள் குணமாகும்.

இந்த வர்ம நெய்யினால், பெருமாந்தம், மார்க்கடுப்பு, மேகங்கள், வாதம், விசரோகம், முத்தின ஈளை, களைப்பு, மூலச் சூடு, எலும்புருக்கி இருமல், காசம், குன்மம் ஆகிய நோய்கள் தீரும். இந்த வல்லாரை நெய்யினை நாளொன்றுக்கு இருபொழுது வீதம் அருந்தி வர வேண்டும்.

வர்ம சந்தி மெழுகு

அதிமதுரம்	சீமைக்கருவாய்ப்பட்டை
கோட்டம்	சாதிக்காய்
அக்கிரா	சாதிபத்திரி
சித்தரத்தை	கிராம்பு
திப்பிலி	கடுக்காய்
சந்தனம்	தான்றிக்காய்
செஞ்சந்தனம்	நெல்லிக்காய்
கொம்பரக்கு	

வகைக்குப் பதினைந்து கழிஞ்சு வீதம் - சீரகம் ஆழியா வகைக்குக் கழஞ்சு மூன்று - குக்கில் கழஞ்சு ஆறு இவற்றை நன்றாகப் பொடித்துத் தேங்காய்ப்பால் விட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும் அதன் பின்பு ஆறு வாத்து முட்டைகளின் மஞ்சள் கருவினை எடுத்து கருப்புக் கட்டியோடு சேர்த்து இடித்து எடுத்துக் கொண்டு, மேற்கூறிய வர்ம சந்திமெழுகுடன், இதையும் கலந்து சிறிது சூடாக்கி இறக்கி வைத்து, தினந்தோறும் சுண்டைக்காய் அளவு கொடுத்து வரவும். உப்பு, புளி தவிர்க்கவும். இந்த மருந்தினால் நீரடைப்பான், நீர் எரிச்சல் வயிற்றுவலி, அண்டவாயு போன்ற நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

போகமுனிவர்

வர்மசூத்திரம்

மூலமும் உரையும்

தாமரை நூலகம், சென்னை -26.